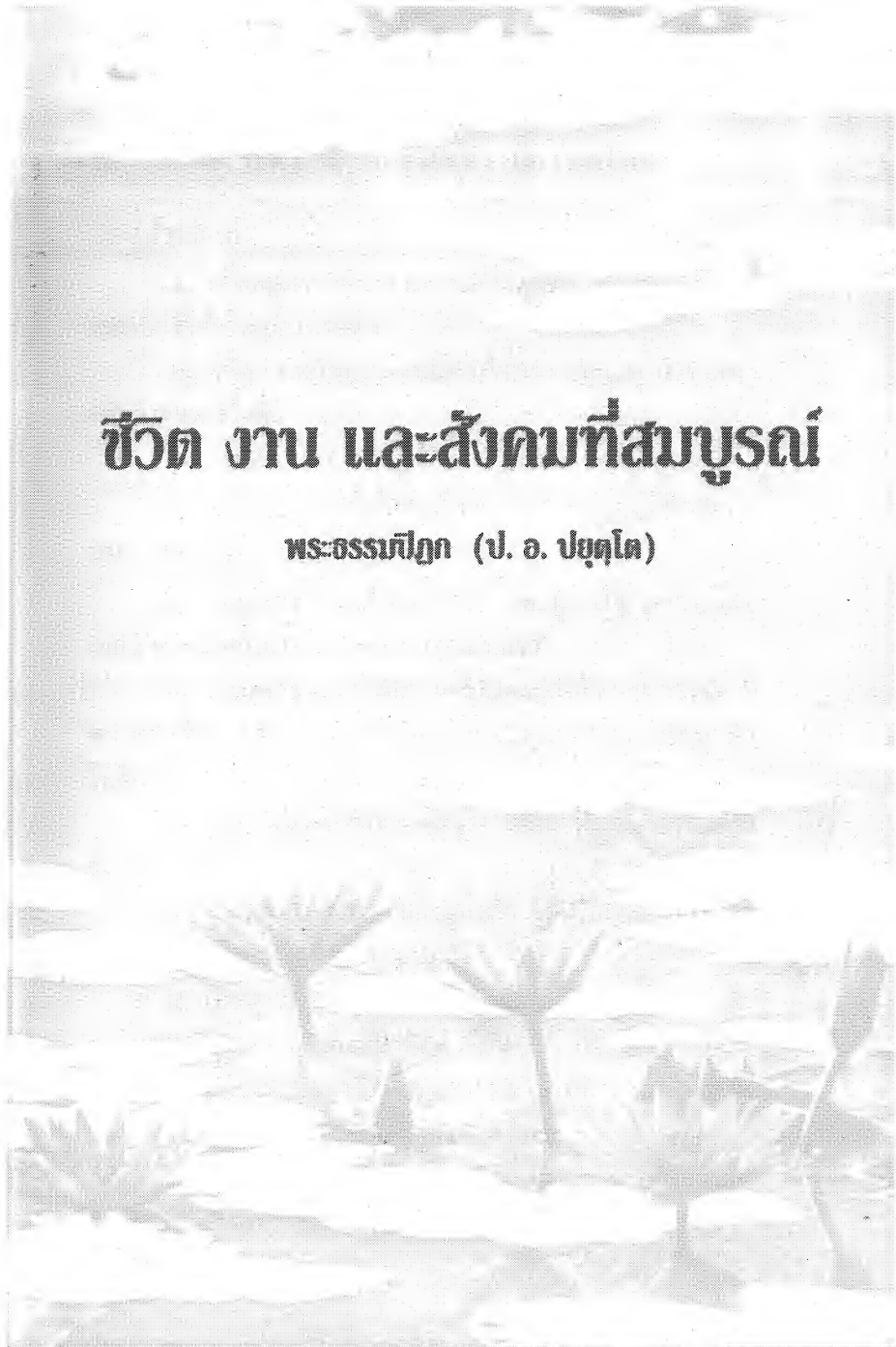


# ชีวิต งาน และสังคมที่สมบูรณ์

พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต)



# ธรรมนูญแห่งพระพุทธศาสนา

(ฉบับแก้ไขเพิ่มเติม)

## ธรรมนูญพุทธศาสนา การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย

### วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเผยแพร่วัฒนธรรมทางพระพุทธศาสนาให้  
และเป็นที่เข้าใจอย่างถูกต้อง
๒. เพื่อส่งเสริมและเผยแพร่งานกิจกรรมทางพุทธ  
ให้กว้างขวางยิ่งขึ้น
๓. เพื่อส่งเสริมการปฏิบัติธรรมแก่สมาชิกและ
๔. เพื่อส่งเสริมให้เกิดสามัคคีธรรมในหมู่ผู้ปฏิบัติ

### แนวทางปฏิบัติ

๑. เผยแพร่ธรรมะให้แก่สมาชิกและผู้สนใจ ได้  
เทศน์ หรือปาฐกถาธรรมตามโอกาสอันควร
๒. เผยแพร่ธรรมะให้แก่สมาชิกและผู้สนใจ โดย  
หนังสือหรือวารสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับพระพุทธศาสนา  
ได้ศึกษา
๓. ส่งเสริมให้สมาชิกและผู้สนใจ ได้มีการฝึกอบรม  
สมาธิภาวนา
๔. ส่งเสริมให้สมาชิกและผู้สนใจ ได้มีโอกาส  
ครูบาอาจารย์และบำเพ็ญธรรมปฏิบัติ
๕. เป็นศูนย์กลางให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยน ยิน  
ธรรมะอันมีคุณค่าระหว่างสมาชิกด้วยกัน
๖. ชักชวนให้สมาชิกและผู้สนใจเข้าร่วมกิจกรรม  
อันสำคัญตามประเพณีนิยมของพุทธศาสนิกชน
๗. เผยแพร่ธรรมะให้แก่สมาชิกและผู้สนใจ ได้  
พิมพ์หนังสือธรรมะที่น่าสนใจ



ชมรมพุทธศาสน์  
กาฬไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเผยแพร่หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาให้แพร่หลาย และเป็นที่เข้าใจอย่างถูกต้อง
๒. เพื่อส่งเสริมและเผยแพร่กิจกรรมทางพุทธศาสนา ให้กว้างขวางยิ่งขึ้น
๓. เพื่อส่งเสริมการปฏิบัติธรรมแก่สมาชิกและผู้สนใจ
๔. เพื่อส่งเสริมให้เกิดสามัคคีธรรมในหมู่ผู้ปฏิบัติงาน

แนวทางปฏิบัติ

๑. เผยแพร่ธรรมะให้แก่สมาชิกและผู้สนใจ โดยการ จัดเทศน์ หรือปาฐกถาธรรมตามโอกาสอันควร
๒. เผยแพร่ธรรมะให้แก่สมาชิกและผู้สนใจ โดยการ จัดหาหนังสือหรือวารสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับพระพุทธศาสนาให้สมาชิก ได้ศึกษา
๓. ส่งเสริมให้สมาชิกและผู้สนใจ ได้มีการฝึกอบรมทางด้านสมาธิภาวนา
๔. ส่งเสริมให้สมาชิกและผู้สนใจ ได้มีโอกาสไปคารวะครูบาอาจารย์และบำเพ็ญธรรมปฏิบัติ
๕. เป็นศูนย์กลางให้สมาชิกได้แลกเปลี่ยน ยืม หนังสือธรรมะอันมีคุณค่าระหว่างสมาชิกด้วยกัน
๖. ชักชวนให้สมาชิกและผู้สนใจเข้าร่วมกิจกรรมในวาระอันสำคัญตามประเพณีนิยมของพุทธศาสนิกชน
๗. เผยแพร่ธรรมะให้แก่สมาชิกและผู้สนใจ โดยการ จัดพิมพ์หนังสือธรรมะที่น่าสนใจ



๒๑ สิงหาคม ๒๕๓๘

เรื่อง ขออนุญาตจัดพิมพ์หนังสือ

นมัสการ พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต)

ตามที่พระคุณเจ้าได้แสดงปาฐกถาธรรมอันทรงคุณค่าไว้มาก  
พุทธศาสนิกชนได้ศึกษาและนำไปปฏิบัติให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ชีวิต  
พุทธศาสนการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย ได้รับเมตตาจากพระคุณ  
อนุญาตให้จัดพิมพ์ปาฐกถาธรรม เป็นธรรมบรรณาการ เผยแพร่แก่  
ผู้ปฏิบัติงาน กฟผ. และพุทธศาสนิกชนอยู่เนื่อง ๆ กระผมในฐานะป  
รู้สึกซาบซึ้งในเมตตาธรรมของพระคุณเจ้าเป็นอย่างยิ่ง

ในวาระที่กระผมจะเกษียณอายุการทำงาน ในวันที่ ๓๐ กัน  
นี้ เห็นเป็นโอกาสอันเหมาะที่จะได้บำเพ็ญประโยชน์ โดยการเผยแพร่  
และงานนิพนธ์ของพระคุณเจ้าอีกวาระหนึ่ง จึงใคร่ขออนุญาตรวบรวม  
และงานนิพนธ์หลายเรื่องมาจัดพิมพ์เป็นหนังสือ “ชีวิต งาน และสังค  
เพื่อเผยแพร่แก่สมาชิกชมรมฯ ผู้ปฏิบัติงาน กฟผ. และผู้สนใจต่อไป

ที่ กฟผ. ๘๑๐๐๐/๕๓๐๐๐ ก.



การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย

จ. นนทบุรี ๑๑๐๐๐

๒๑ สิงหาคม ๒๕๓๘

เรื่อง ขออนุญาตจัดพิมพ์หนังสือ

นมัสการ พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต)

ตามที่พระคุณเจ้าได้แสดงปาฐกถาธรรมอันทรงคุณค่าไว้มากมาย เพื่อให้พุทธศาสนิกชนได้ศึกษาและนำไปปฏิบัติให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ชีวิตนั้น ชมรมพุทธศาสน์การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย ได้รับเมตตาจากพระคุณเจ้าหลายครั้ง อนุญาตให้จัดพิมพ์ปาฐกถาธรรม เป็นธรรมบรรณาการ เผยแพร่แก่สมาชิกชมรมฯ ผู้ปฏิบัติงาน กฟผ. และพุทธศาสนิกชนอยู่เนื่อง ๆ กระผมในฐานะประธานชมรมฯ รู้สึกซาบซึ้งในเมตตาธรรมของพระคุณเจ้าเป็นอย่างยิ่ง

ในวาระที่กระผมจะเกษียณอายุการทำงาน ในวันที่ ๓๐ กันยายน ๒๕๓๘ นี้ เห็นเป็นโอกาสอันเหมาะที่จะได้บำเพ็ญประโยชน์ โดยการเผยแพร่ปาฐกถาธรรม และงานนิพนธ์ของพระคุณเจ้าอีกวาระหนึ่ง จึงใคร่ขออนุญาตรวบรวมปาฐกถาธรรม และงานนิพนธ์หลายเรื่องมาจัดพิมพ์เป็นหนังสือ “ชีวิต งาน และสังคมที่สมบูรณ์” เพื่อเผยแพร่แก่สมาชิกชมรมฯ ผู้ปฏิบัติงาน กฟผ. และผู้สนใจต่อไป

ขอได้โปรดกรุณาพิจารณาด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

## อนุโมทนาภา

ขอนมัสการด้วยความเคารพอย่างสูง



(นายสมบุรณ์ มณีนาวา)

ผู้ว่าการการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย

ในฐานะประธานชมรมพุทธศาสน์ กฟผ.

ผู้ช่วยผู้ว่าการบัญชีและการเงิน

เลขานุการชมรมพุทธศาสน์ กฟผ.

โทร. ๔๓๖-๓๐๕๑

โทรสาร ๔๓๖-๓๐๕๘

ตามที่คุณสมบุรณ์ มณีนาวา ผู้ว่าการ  
แห่งประเทศไทย แสดงความประสงค์จะขออนุ  
“ชีวิต งาน และสังคมที่สมบุรณ์” โดยนำ  
งานนิพนธ์ของอาตมภาพที่มีผู้จัดพิมพ์ไว้ใ  
มารวบรวมและจัดพิมพ์ขึ้นใหม่ เพื่อเผยแพร่  
แก่สมาชิกชมรมฯ ผู้ปฏิบัติงาน กฟผ. และผู้สนใจ  
ที่จะเกียจฉวยการทำงานนั้น อาตมภาพขอ  
เรื่องที่น่ามารวมพิมพ์ในหนังสือเล่ม  
คำปราศรัย ชีวิตที่สมบุรณ์ งานก็ได้ผล คนก็ได้  
ชีวิต ได้ตั้งชื่อรวมกันในเล่มเดียวนี้ว่า ชีวิต งาน  
เพื่อให้เรียกได้สะดวกและจำได้ง่าย

ธรรมบรรณาการ หรือธรรมทาน เป็  
พุทธเจ้าทรงสรรเสริญว่าชนะทานทั้งปวง เพราะ  
เพื่อให้ผู้สนใจได้ศึกษาและน้อมนำไปปฏิบัติ  
สังคมให้ปลอดโปร่งอกงามด้วยประโยชน์สุขที่แท้

อาตมภาพจึงขออนุโมทนาต่อคุณสม  
มณีนาวา และชมรมพุทธศาสน์การไฟฟ้าฝ่าย  
และมีความยินดีที่จะอนุญาตให้จัดพิมพ์หนังสือ  
เช่นเดียวกับในครั้งก่อน ๆ และในโอกาส



ณาพิจารณาด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความเคารพอย่างสูง



(นายสมบุรณ์ มณีนาวา)

ว่าการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย

ในฐานะประธานชมรมพุทธศาสตร์ กฟผ.

เงิน

กฟผ.

## อนุโมทนาภา

ตามที่คุณสมบุรณ์ มณีนาวา ผู้ว่าการการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย แสดงความประสงค์จะขออนุญาตจัดพิมพ์หนังสือ “ชีวิต งาน และสังคมที่สมบุรณ์” โดยนำปาฐกถาธรรม และงานนิพนธ์ของอาตมภาพที่มีผู้จัดพิมพ์ไว้ในหนังสือหลายเล่มมารวบรวมและจัดพิมพ์ขึ้นใหม่ เพื่อเผยแพร่เป็นธรรมบรณการแก่สมาชิกชมรมฯ ผู้ปฏิบัติงาน กฟผ. และผู้สนใจโดยทั่วไปในโอกาสที่จะเกษียณอายุการทำงานนั้น อาตมภาพขออนุโมทนาเป็นอย่างยิ่ง

เรื่องที่น่ามาร่วมพิมพ์ในหนังสือเล่มนี้มี ๔ เรื่อง คือ คำปราศรัย ชีวิตที่สมบุรณ์ งานก็ได้ผล คนก็เป็นสุข และธรรมนุญชีวิต ได้ตั้งชื่อรวมกันในเล่มเดียวนี้ว่า ชีวิต งาน และสังคมที่สมบุรณ์ เพื่อให้เรียกได้สะดวกและจำได้ง่าย

ธรรมบรณการ หรือธรรมทาน เป็นทานอันเลิศที่พระพุทธรเจ้าทรงสรรเสริญว่าชนะทานทั้งปวง เพราะการเผยแพร่ธรรมะเพื่อให้ผู้สนใจได้ศึกษาและน้อมนำไปปฏิบัตินั้น เป็นการช่วยจรรโลงสังคมให้ใญ่บุญล้นองงามด้วยประโยชน์สุขที่แท้จริง

อาตมภาพจึงขออนุโมทนาต่อกุศลเจตนาของ คุณสมบุรณ์ มณีนาวา และชมรมพุทธศาสตร์การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย และมีความยินดีที่จะอนุญาตให้จัดพิมพ์หนังสือนี้ด้วยความเต็มใจ เช่นเดียวกับในครั้งก่อน ๆ และในโอกาสสำคัญแห่งการที่จะ

เกษียณอายุการทำงานที่จะมาถึง ขอให้คุณสมบุรณ์ มณีนาถ ได้รับ  
 ปิติสุขจากการบำเพ็ญธรรมทานอันเป็นไปได้ด้วยจาคเจตนาและ  
 เมตตาธรรมนี้ และขอกุศลนั้นจงเป็นปัจจัยแห่งจตุรพิธพรชัยแก่  
 คุณสมบุรณ์ มณีนาถ พร้อมทั้งครอบครัวและญาติมิตรยิ่งขึ้นไป  
 และขอกุศลจริยาของท่านทั้งปวงที่มีส่วนร่วมในการจัดพิมพ์หนังสือนี้  
 จงอำนวยผลส่งเสริมให้สัมมาทัศนะและสัมมาปฏิบัติเจริญแพร่หลาย  
 เพื่อความเจริญมั่นคงแห่งพระพุทธศาสนา และเพื่อประโยชน์สุข  
 ของมหาชน ตลอดกาลนาน

พระธรรมปิฎก

พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต)

## คำปรารภ

ชมรมพุทธศาสน์การไฟฟ้าฝ่ายผลิต  
 ขอกราบขอบพระคุณในความอนุเคราะห์  
 พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต) ที่เมตตาอนุ  
 จัดพิมพ์หนังสือ “ชีวิต งาน และสังคมที่  
 รวบรวมปาฐกถาธรรมและงานนิพนธ์ที่ท่าน  
 มาเผยแพร่แก่สมาชิกชมรมฯ ผู้ปฏิบัติงาน ก  
 ทั่วไปอีกวาระหนึ่ง

พระคุณเจ้า พระธรรมปิฎก (ป. อ. ป  
 อันสูงส่งที่จะเผยแพร่สัมมาทัศนะให้ขยาย  
 หมู่มากที่สุด เพื่อให้เป็นรากฐานแห่ง  
 นำไปสู่สันติสุขอันแท้จริง ปาฐกถาธรรม  
 ของท่าน จึงมีปรากฏแก่สายตาเสมอมามิได้  
 ยกย่อง เป็นที่เลื่อมใสศรัทธาของบรรดาพุทธ  
 มหาชนทั่วไปทั้งในและนอกประเทศ สิ่งที  
 และแสดงถึงความยกย่องชื่นชมของชนชาว  
 ก็คือ “รางวัลการศึกษาเพื่อสันติภาพ” ประ  
 องค์การยูเนสโกได้กราบถวายแด่ท่าน เมื่อ  
 ๒๕๓๗ ณ กรุงปารีส ประเทศฝรั่งเศส  
 ประจักษ์ในความชื่นชมนี้ ชมรมฯ จึงขออนุ

เนที่จะมาถึง ขอให้คุณสมบูรณ์ มณีนาถ ได้รับ  
 อนุธรรมทานอันเป็นไปได้ด้วยจาคเจตนาและ  
 ขอกุศลนั้นจงเป็นปัจจัยแห่งจตุรพิธพรชัยแก่  
 ทั่วทั้งครอบครัวและญาติมิตรยิ่งขึ้นไป  
 ท่านทั้งปวงที่มีส่วนร่วมในการจัดพิมพ์หนังสือนี้  
 ให้สัมมาทศนะและสัมมาปฏิบัติเจริญแพร่หลาย  
 แห่งพระพุทธศาสนา และเพื่อประโยชน์สุข  
 าลนาน

พระธรรมปิฎก

พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต)

## คำปรารภ

ชมรมพุทธศาสน์การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย  
 ขอกราบขอบพระคุณในความอนุเคราะห์ของพระคุณเจ้า  
 พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต) ที่เมตตาอนุญาตให้ ชมรมฯ  
 จัดพิมพ์หนังสือ “ชีวิต งาน และสังคมที่สมบูรณ์” โดย  
 รวบรวมปาฐกถาธรรมและงานนิพนธ์ที่ท่านแสดงไว้มากมาย  
 มาเผยแพร่แก่สมาชิกชมรมฯ ผู้ปฏิบัติงาน กฟผ. และผู้สนใจ  
 ทั่วไปอีกวาระหนึ่ง

พระคุณเจ้า พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต) มีปณิธาน  
 อันสูงส่งที่จะเผยแพร่สัมมาทศนะให้ขยายกว้างออกไปใน  
 หมู่ชนให้มากที่สุด เพื่อให้เป็นรากฐานแห่งสัมมาปฏิบัติที่จะ  
 นำไปสู่สันติสุขอันแท้จริง ปาฐกถาธรรม และผลงานอื่น ๆ  
 ของท่าน จึงมีปรากฏแก่สายตาเสมอมามิได้ขาด เป็นที่ชื่นชม  
 ยกย่อง เป็นที่เลื่อมใสศรัทธาของบรรดาพุทธบริษัท ตลอดจน  
 มหาชนทั่วไปทั้งในและนอกประเทศ สิ่งที่เป็นเครื่องยืนยัน  
 และแสดงถึงความยกย่องชื่นชมของชนชาวโลกประการหนึ่ง  
 ก็คือ “รางวัลการศึกษาเพื่อสันติภาพ” ประจำปี ๒๕๓๗ ซึ่ง  
 องค์การยูเนสโกได้กราบถวายแด่ท่าน เมื่อวันที่ ๒๐ ธันวาคม  
 ๒๕๓๗ ณ กรุงปารีส ประเทศฝรั่งเศส และเพื่อให้เป็นที่  
 ประจักษ์ในความชื่นชมนี้ ชมรมฯ จึงขออนุญาตนำคำปรารภ

ในวันรับรางวัลของท่านมาจัดพิมพ์ในหนังสือนี้ด้วย

หนังสือเล่มนี้ ประกอบด้วยเนื้อหาสาระทางธรรม  
หลากหลายที่จะประกอบกันให้เกิดความรู้ความเข้าใจอย่าง  
กว้างขวางชัดเจนแก่ผู้ที่ตั้งใจศึกษา และหากน้อมนำไปปฏิบัติ  
ก็มั่นใจได้ว่าจะนำชีวิตและสังคมไปสู่สันติสุขอย่างแท้จริง



(นายสมบุรณ์ มณีนาวา)

ประธานชมรมพุทธศาสน์  
การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย

## สารบัญ

- ๑ คำอนุโมทนากถา
- ๑ คำปรารภ
- ๑ ประวัติ ของพระธรรมปิฎก (ป.อ.
- ๑ คำแปลคำปราศรัยในพิธีรับรางวัล  
การศึกษาเพื่อสันติภาพ
- ๑ ชีวิตที่สมบุรณ์
- ๑ งานก็ได้ผล คนก็เป็นสุข
- ๑ ธรรมบุญชีวิต
- คนเต็มคน
  - คนสมบุรณ์แบบ
  - คนมีศีลธรรม
- คนของสังคม
  - คนมีคุณแก่ส่วนรวม
  - คนผู้เป็นส่วนร่วมที่ดีของชุมชน



เองท่านมาจัดพิมพ์ในหนังสือนี้ด้วย  
เล่มนี้ ประกอบด้วยเนื้อหาสาระทางธรรม  
ประกอบกันให้เกิดความรู้ความเข้าใจอย่าง  
แก่ผู้ที่ตั้งใจศึกษา และหากน้อมนำไปปฏิบัติ  
ในชีวิตและสังคมไปสู่สันติสุขอย่างแท้จริง



(นายสมบุรณ์ มณีนาวา)  
ประธานชมรมพุทธศาสน์  
การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย

## สารบัญ

	หน้า
๑ คำอนุโมทนากถา	(๕)
๑ คำปรารภ	(๗)
๑ ประวัติ ของพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต)	๑
๑ คำแปลคำปราศรัยในพิธีรับรางวัล การศึกษาเพื่อสันติภาพ	๘
๑ ชีวิตที่สมบุรณ์	๓๙
๑ งานก็ได้ผล คนก็เป็นสุข	๑๐๖
๑ ธรรมานุชีวิต	๑๔๖
คนเต็มคน	๑๔๖
- คนสมบุรณ์แบบ	๑๔๖
- คนมีศีลธรรม	๑๕๐
คนของสังคม	๑๕๔
- คนมีคุณแก่ส่วนรวม	๑๕๔
- คนผู้เป็นส่วนร่วมที่ดีของหมู่ชน	๑๕๗

- คนมีส่วนร่วมในการปกครองที่ดี

หน้า

๑๖๒

- คนผู้นำของรัฐ

๑๖๕

คนกับชีวิต

๑๗๒

- ชีวิตที่เลิศล้ำสมบูรณ์

๑๗๒

- ชีวิตที่ไม่ถลำพลาด

๑๗๙

- ชีวิตที่ก้าวหน้าและสำเร็จ

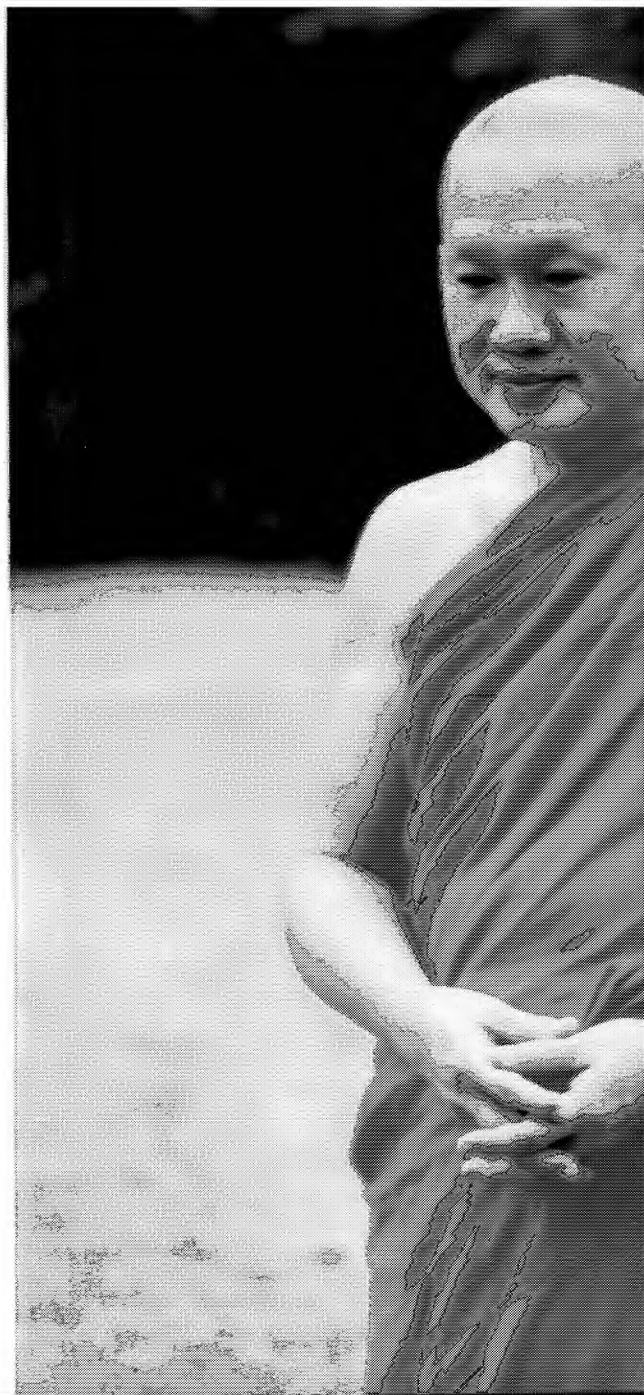
๑๘๔

- ชีวิตที่เป็นหลักฐาน

๑๘๗

- ชีวิตบ้านที่สมบูรณ์

๑๙๒



ในการปกครองที่ดี

บุรณ

ลาด

และสำเร็จ

ฐาน

รณ

หน้า

๑๖๒

๑๖๕

๑๗๒

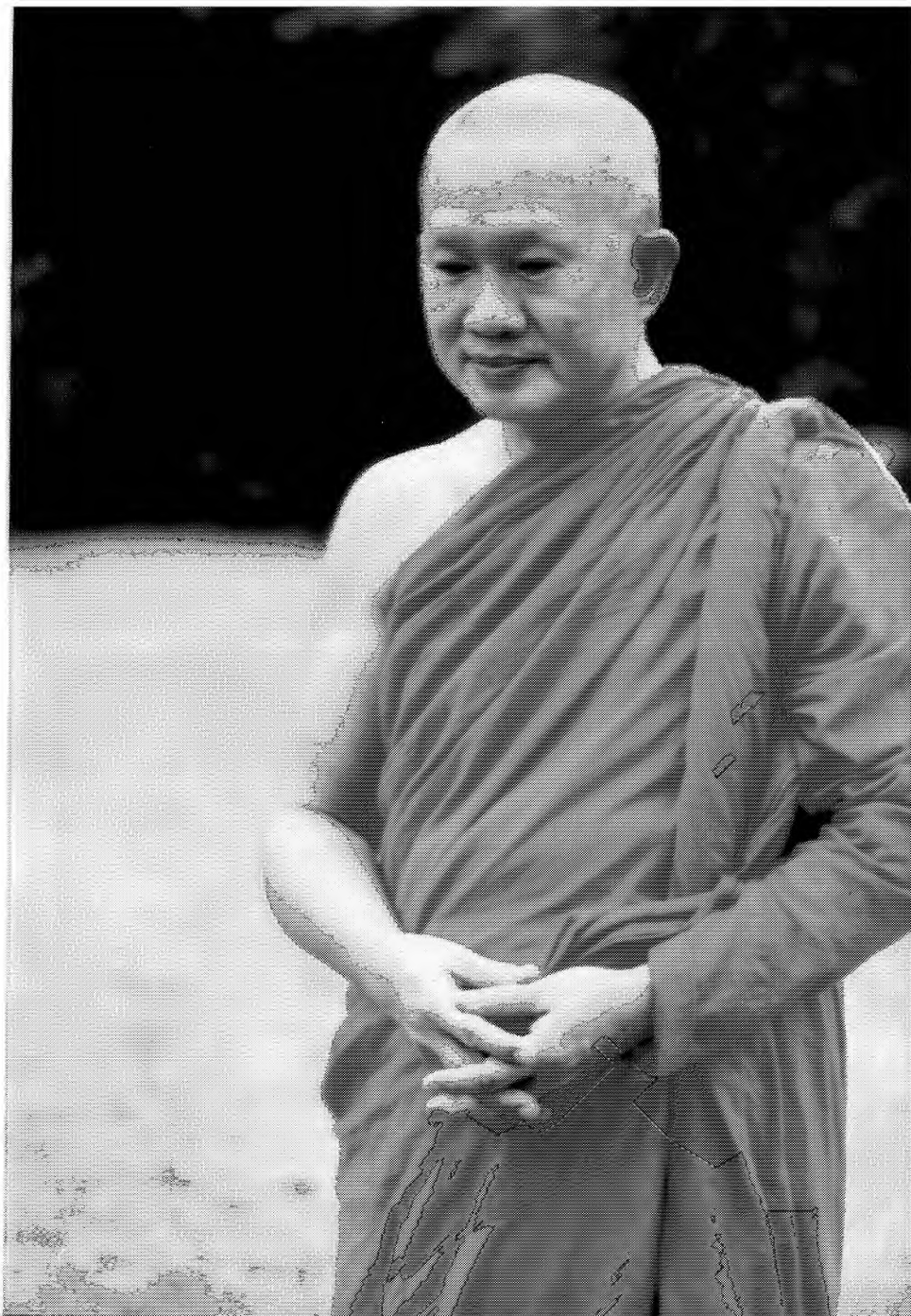
๑๗๒

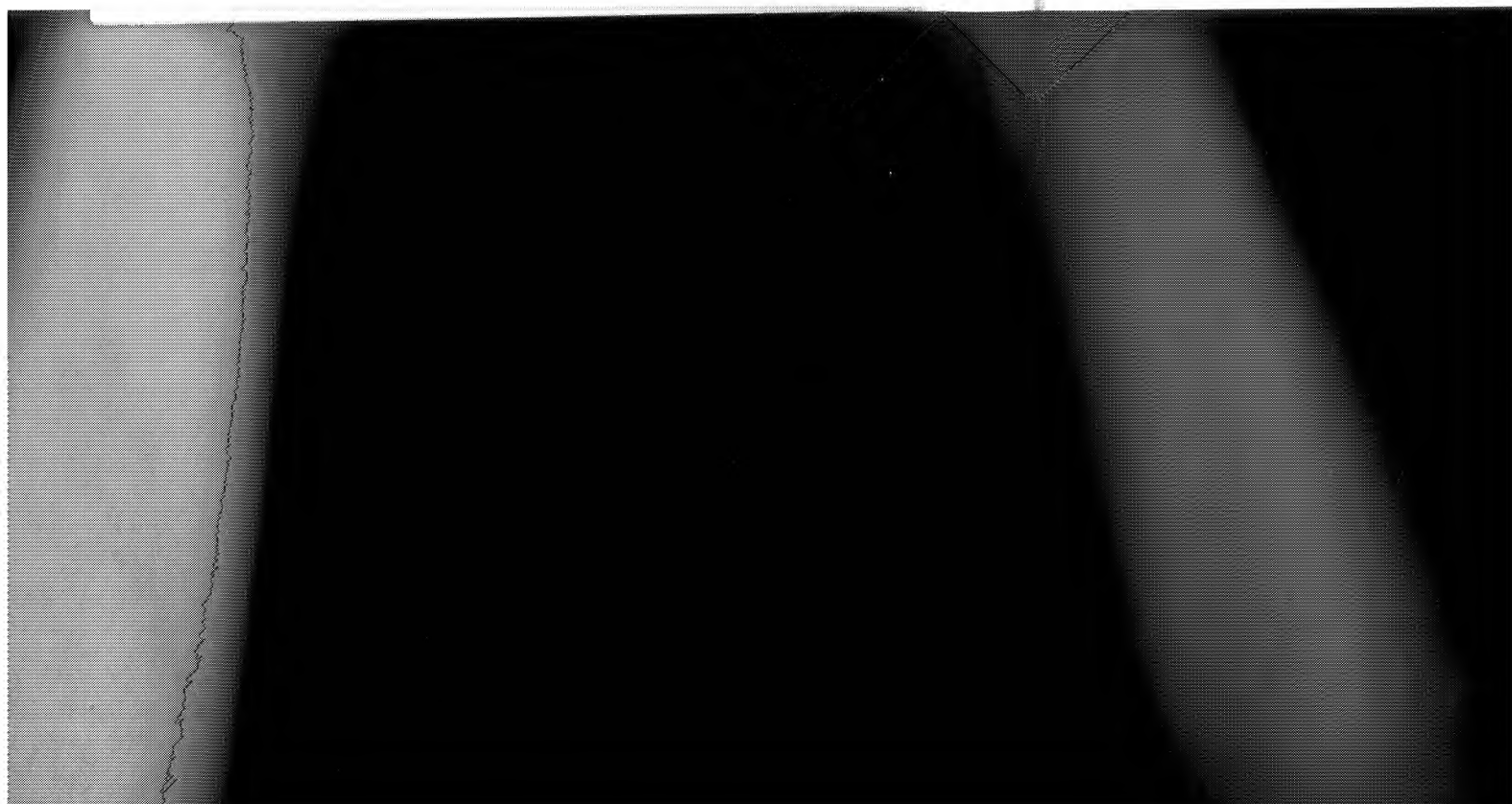
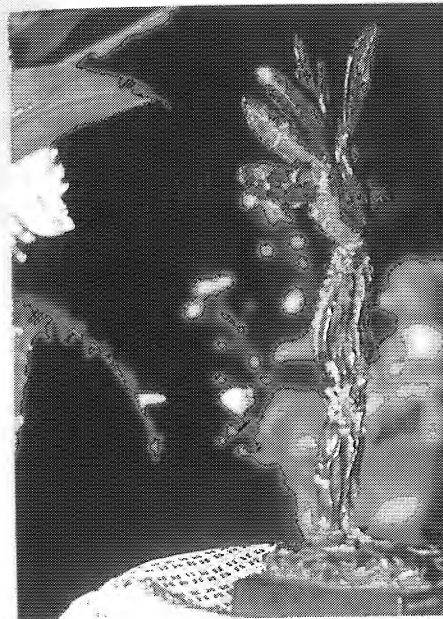
๑๗๙

๑๘๔

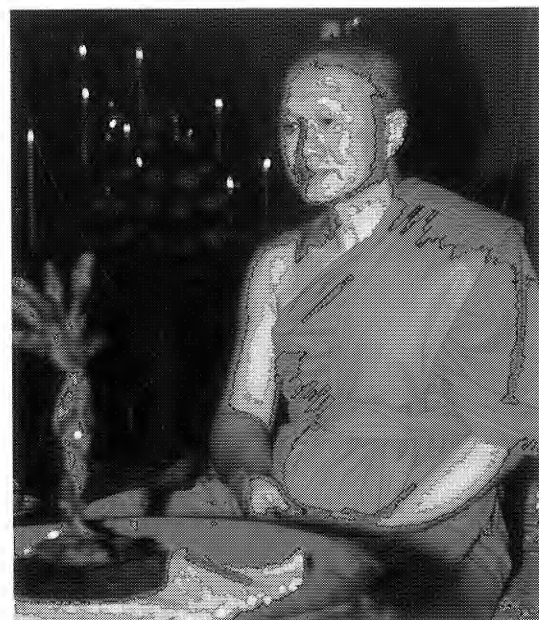
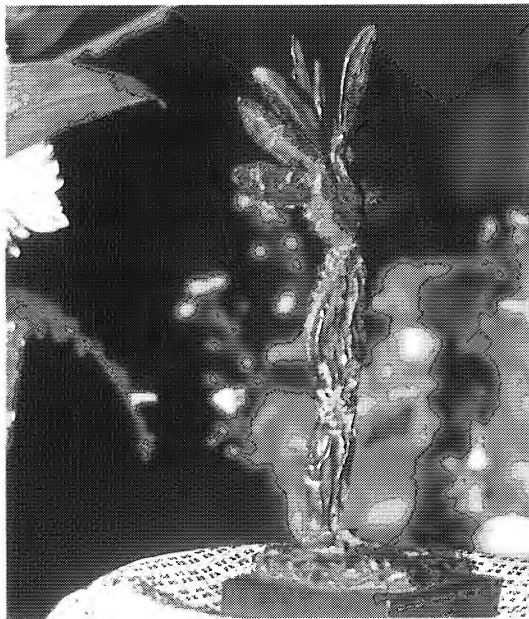
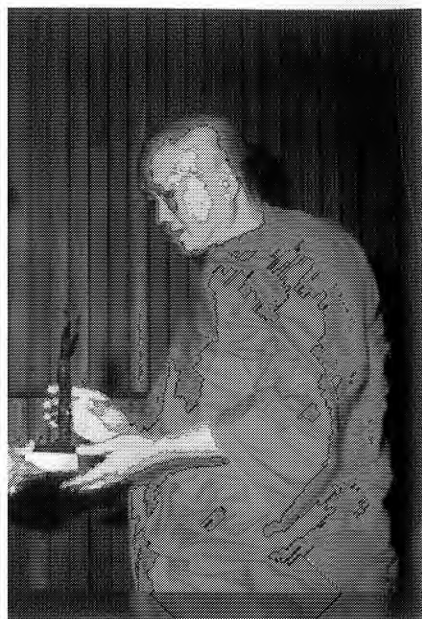
๑๘๗

๑๙๒





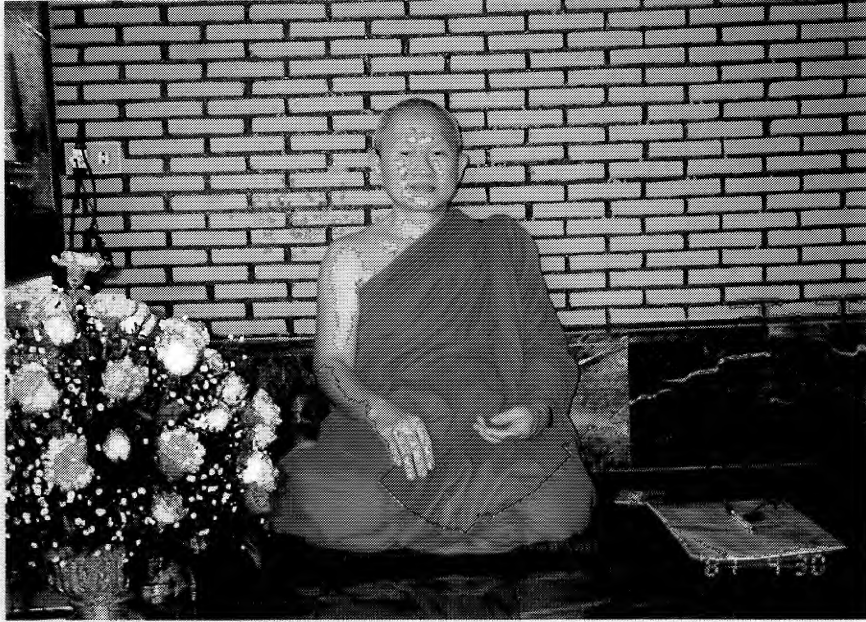




# ประวัติ

ของ

พระธรรมปิฎก (ป. อ.



พระธรรมปิฎก (ป. อ. ป.  
ระยุทธิ์ นามสกุล อารยางกูร  
มกราคม ๒๔๘๑ ที่อำเภอศรี  
สุพรรณบุรี บรรพชาเมื่อ ๑๐ พ  
สอบเปรียญธรรม ๙ ประโยคได้ข  
จึงได้รับพระราชทานพระบรมราชาน  
ในฐานะนาคหลวง ณ พระอุโบ  
ศาลดาราม เมื่อ ๒๔ กรกฎาคม  
ปริญญาพุทธศาสตรบัณฑิต (เกีย  
จากมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
สอบได้วิชาชุดครู พ.ม. เมื่อ ๒๕  
ได้รับปริญญาดุษฎีบัณฑิตก  
สถาบันการศึกษา ๑๐ สถาบัน

# ประวัติ

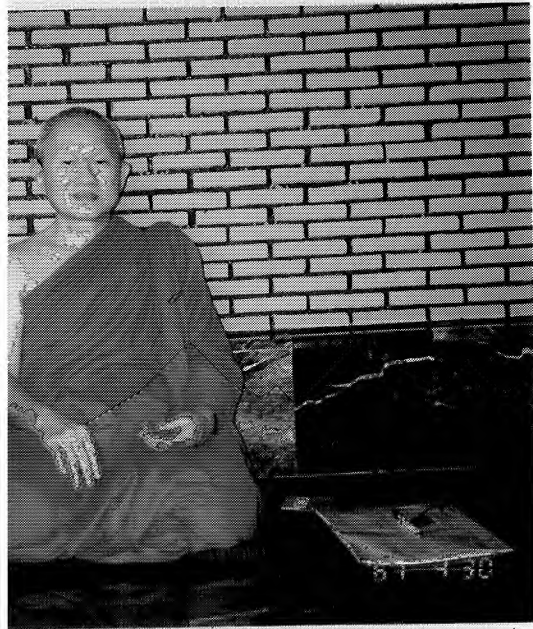
ของ

พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต)



พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต) นามเดิม ประยูรธ นามสกุล อารยางกูร เกิดเมื่อ ๑๒ มกราคม ๒๔๔๑ ที่อำเภอศรีประจันต์ จังหวัด สุพรรณบุรี บรรพชาเมื่อ ๑๐ พฤษภาคม ๒๔๔๔ สอบเปรียญธรรม ๙ ประโยคได้ขณะยังเป็นสามเณร จึงได้รับพระราชทานพระบรมราชานุเคราะห์ให้อุปสมบท ในฐานะนาคหลวง ณ พระอุโบสถวัดพระศรีรัตน- ศาสดาราม เมื่อ ๒๔ กรกฎาคม ๒๕๐๔ สอบได้ ปริญญาพุทธศาสตรบัณฑิต (เกียรตินิยมอันดับ ๑) จากมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เมื่อ ๒๕๐๕ และ สอบได้วิชาชุดครู พ.ม. เมื่อ ๒๕๐๖

ได้รับปริญญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ จาก สถาบันการศึกษา ๑๐ สถาบัน ดังนี้



๑) พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ จาก  
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๒๕

๒) ศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ (สาขา  
ปรัชญา) จากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ พ.ศ. ๒๕๒๙

๓) ศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ (สาขา  
หลักสูตรและการสอน) จากมหาวิทยาลัยศิลปากร  
พ.ศ. ๒๕๓๐

๔) ศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ (ศึกษา  
ศาสตร์การสอน) จากมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์  
พ.ศ. ๒๕๓๐

๕) อักษรศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ จาก  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๑

๖) ศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ (สาขา  
ภาษาศาสตร์) จากมหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. ๒๕๓๒

๗) การศึกษาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ (สาขา  
ปรัชญาการศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
พ.ศ. ๒๕๓๓

๘) ตรีปิฎกอาจารย์กิตติมศักดิ์ จากนวนาลันทา  
มหาวิหาร รัฐพิหาร ประเทศอินเดีย พ.ศ. ๒๕๓๘

๙) ปรัชญาดุษฎีบัณฑิตกิตติม  
ศึกษาศาสตร์ จากมหาวิทยาลัยราม  
๒๕๓๘

๑๐) ศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิต  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ พ.ศ. ๒๕  
ได้รับพระราชทานโล่รางวัล ‘ม  
พ.ศ. ๒๕๓๒

ได้รับรางวัลกิตติคุณสัมพันธ์ ‘  
เผยแพร่พระพุทธศาสนา ประจำปี ๒๕  
ได้รับรางวัล การศึกษาเพื่อส  
๒๕๓๗ จากองค์การยูเนสโก (UNESCO  
Peace Education)

ได้รับแต่งตั้งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ  
จากคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ  
ศึกษาธิการ

เคยดำรงตำแหน่งรองเลขาธิการ  
ลงกรณราชวิทยาลัย ตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕  
และเป็นเจ้าอาวาสวัดพระพิเรน  
พ.ศ. ๒๕๑๕-๒๕๑๙



ศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ จาก  
ราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๒๕  
ศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ (สาขา  
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ พ.ศ. ๒๕๒๙  
ศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ (สาขา  
รสอน) จากมหาวิทยาลัยศิลปากร

ศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ (ศึกษา  
) จากมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ จาก  
วิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๑

ศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ (สาขา  
จากมหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. ๒๕๓๒  
ศึกษาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ (สาขา  
า) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ูกาจารย์กิตติมศักดิ์ จากนวนานันทา  
หาร ประเทศอินเดีย พ.ศ. ๒๕๓๘

๙) ปรัชญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขา  
ศึกษาศาสตร์ จากมหาวิทยาลัยรามคำแหง พ.ศ.  
๒๕๓๘

๑๐) ศักษาศาสตรดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ จาก  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ พ.ศ. ๒๕๓๘

ได้รับพระราชทานโล่รางวัล ‘มหิดลวราานุสรณ์’  
พ.ศ. ๒๕๓๒

ได้รับรางวัลกิตติคุณสัมพันธ์ ‘สังข์เงิน’ สาขา  
เผยแผ่พระพุทธศาสนา ประจำปี ๒๕๓๓

ได้รับรางวัล การศึกษาเพื่อสันติภาพ พ.ศ.  
๒๕๓๗ จากองค์การยูเนสโก (UNESCO Prize for  
Peace Education)

ได้รับแต่งตั้งเป็นผู้ทรงคุณวุฒิทางวัฒนธรรม  
จากคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ กระทรวง  
ศึกษาธิการ

เคยดำรงตำแหน่งรองเลขาธิการมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๐๗-๒๕๑๗

และเป็นเจ้าอาวาสวัดพระพิเรนทร์ ตั้งแต่  
พ.ศ. ๒๕๑๕-๒๕๑๙

ปัจจุบันเป็นเจ้าอาวาสวัดญาณเวศกวัน ต.  
บางกระทึก อ. สามพราน จ. นครปฐม

### สมณศักดิ์

พ.ศ. ๒๕๑๒ ได้รับพระราชทานสมณศักดิ์ เป็นพระ  
ราชาคณะชั้นสามัญ ที่ พระศรีวิสุทธิโมลี  
พ.ศ. ๒๕๑๖ ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ เป็น  
พระราชาคณะชั้นราช ที่ พระราชวรมุนี  
พ.ศ. ๒๕๓๐ ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ เป็น  
พระราชาคณะชั้นเทพ ที่ พระเทพเวที  
พ.ศ. ๒๕๓๖ ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์เป็น  
พระราชาคณะชั้นธรรม ที่ พระธรรมปิฎก  
อดุลญาณนายก ปาพจนดิลกนิวิฐ ตรีปิฎก  
บัณฑิต มหาคณิสสร บวรสังฆาราม  
คามวาสี

งานเผยแพร่พระพุทธศาสนาของพระธรรมปิฎก  
ปรากฏในหลายลักษณะ ทั้งในด้านการสอน การ  
บรรยาย การปาฐกถา การอภิปรายแลกเปลี่ยนความ

คิดเห็น และการแสดงพระธรรมเทศ  
นาราชนาไปสอนวิชาการทางพระพุทธ  
มหาวิทยาลัยชั้นนำในต่างประเทศหล  
University Museum, University  
vania ใน พ.ศ. ๒๕๑๕ Swarthm  
Pennsylvania ใน พ.ศ. ๒๕๑๙  
University ใน พ.ศ. ๒๕๒๔ และ  
ที่ได้รับการระบุนาราชนาแสดงปาฐก  
นานาชาติ ทั้งภายในประเทศและต่างป  
เช่น ปาฐกถาในการประชุม The  
Conference on Higher Educat  
Promotion of Peace เรื่อง Bu  
Peace ซึ่งจัดขึ้นที่โรงแรมเอเชีย ก  
๓ ธันวาคม ๒๕๒๙ บรรยา  
Buddhistic Knowledge Excl  
gramme in Honour of His  
King of Thailand เรื่อง Identity  
ซึ่งจัดโดยองค์การพุทธศาสนิกสัมพันธ์  
เมื่อ ๙ พฤษภาคม ๒๕๓๐ ปาฐกถ

เป็นเจ้าอาวาสวัดญาณเวศกวัน ต.  
สามพราน จ. นครปฐม

ได้รับพระราชทานสมณศักดิ์ เป็นพระ  
ราชาคณะชั้นสามัญ ที่ พระศรีวิสุทธิโมลี  
ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ เป็น  
พระราชาคณะชั้นราช ที่ พระราชวรมุนี  
ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ เป็น  
พระราชาคณะชั้นเทพ ที่ พระเทพเวที  
ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์เป็น  
พระราชาคณะชั้นธรรม ที่ พระธรรมปิฎก  
วชิราภรณ์ ปาพจนดิลกนิวิฐ ตรีปิฎก  
บัณฑิต มหาคณิสสร บวรสังฆาราม  
คามวาสี

แพร่พระพุทธศาสนาของพระธรรมปิฎก  
ลักษณะ ทั้งในด้านการสอน การ  
ปาฐกถา การอภิปรายแลกเปลี่ยนความ

คิดเห็น และการแสดงพระธรรมเทศนา ท่านได้รับ  
อาราธนาไปสอนวิชาการทางพระพุทธศาสนา ณ  
มหาวิทยาลัยชั้นนำในต่างประเทศหลายครั้ง อาทิ  
University Museum, University of Pennsyl-  
vania ใน พ.ศ. ๒๕๑๕ Swarthmore College,  
Pennsylvania ใน พ.ศ. ๒๕๑๙ และ Harvard  
University ใน พ.ศ. ๒๕๒๔ และเป็นพระสงฆ์ไทย  
ที่ได้รับการระบุนำอาราธนาแสดงปาฐกถาในที่ประชุม  
นานาชาติ ทั้งภายในประเทศและต่างประเทศหลายครั้ง  
เช่น ปาฐกถาในการประชุม The International  
Conference on Higher Education and the  
Promotion of Peace เรื่อง Buddhism and  
Peace ซึ่งจัดขึ้นที่โรงแรมเอเชีย กรุงเทพฯ เมื่อ  
๓ ธันวาคม ๒๕๒๙ บรรยายในการประชุม  
Buddhistic Knowledge Exchange Pro-  
gramme in Honour of His Majesty the  
King of Thailand เรื่อง Identity of Buddhism  
ซึ่งจัดโดยองค์การพุทธศาสนิกสัมพันธ์แห่งโลก (พสล.)  
เมื่อ ๙ พฤษภาคม ๒๕๓๐ ปาฐกถาในการประชุม

The Sixth Asian Workshop on Child and Adolescent Development เรื่อง Influence of Western & Asian Thought on Human Culture Development เมื่อ ๑๑ ธันวาคม ๒๕๓๓ ได้รับนิมนต์ให้จัดทำสารบรรยายสำคัญ เรื่อง A Buddhist Solution for the Twenty-first Century ในการประชุมสภาศาสนาโลก (Parliament of the World's Religions) ณ นครชิคาโกสหรัฐอเมริกา เมื่อ ๔ กันยายน ๒๕๓๖

งานนิพนธ์ของพระธรรมปิฎก ในลักษณะตำรา เอกสารทางวิชาการและหนังสืออธิบายธรรมทั่ว ๆ ไป เป็นที่รู้จักแพร่หลายในวงวิชาการ มีจำนวนมากกว่า ๑๖๕ เรื่อง เช่น พุทธธรรม พจนานุกรมพุทธศาสตร์ : ฉบับประมวลธรรม พจนานุกรมพุทธศาสตร์ : ฉบับประมวลศัพท์ ธรรมานุญชีวิต การศึกษาของคณะสงฆ์ : ปัญหาที่รอทางออก การศึกษาที่สากลบนฐานแห่งภูมิปัญญาไทย *Thai Buddhism in the Buddhist World* ทางสายอิสรภาพของการศึกษาไทย *Buddhist Economics* พุทธศาสนาในฐานะเป็นรากฐานของ

วิทยาศาสตร์ เป็นต้น

นอกจากนั้น พระธรรมปิฎกได้ ที่ปรึกษาของมหาวิทยาลัยมหิดล ในโครงการฉบับคอมพิวเตอร์สำเร็จสมบูรณ์ของโลก ทำให้การศึกษาค้นคว้าหลักพระพุทธศาสนาเป็นไปได้อย่างสะดวกรวดเร็วแม่นยำ

Asian Workshop on Child and Development เรื่อง Influence of Asian Thought on Human Development เมื่อ ๑๑ ธันวาคม ๒๕๓๓ ต่ทำสารบรรยายสำคัญ เรื่อง A Bud- n for the Twenty-first Century ศาสนาโลก (Parliament of the gions) ณ นครชิคาโกสหรัฐอเมริกา ายน ๒๕๓๖

นธ์ของพระธรรมปิฎก ในลักษณะตำรา การและหนังสืออธิบายธรรมทั่ว ๆ ไป ายในวงวิชาการ มีจำนวนมากกว่า ๑๐๐๐ พุทธธรรม พจนานุกรมพุทธศาสตร์ : ธรรม พจนานุกรมพุทธศาสน์ : ฉบับ ธรรมานุญชีวิต การศึกษาของคณะสงฆ์ : อก การศึกษาที่สากลบนฐานแห่งภูมิ ai Buddhism in the Buddhist ย์สสภาพของการศึกษาไทย Buddhist ุทธศาสนาในฐานะเป็นรากฐานของ

วิทยาศาสตร์ เป็นต้น

นอกจากนั้น พระธรรมปิฎกได้รับนิมนต์เป็น ที่ปรึกษาของมหาวิทยาลัยมหิดล ในการสร้างพระ ไตรปิฎกฉบับคอมพิวเตอร์สำเร็จสมบูรณ์เป็นฉบับแรก ของโลก ทำให้การศึกษาค้นคว้าหลักคำสอนของพระ พุทธศาสนาเป็นไปได้อย่างสะดวกรวดเร็ว และถูกต้อง แม่นยำ

# คำแปลคำปราศรัย

ของ

พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต)

ในพิธีรับรางวัลการศึกษาเพื่อสันติภาพ

ที่องค์การยูเนสโก กรุงปารีส

๒๐ ธันวาคม ๒๕๓๗

## สันติภาพเกิดจากอิสรภาพและความสุข

สี่สิบเก้าปีล่วงมาแล้ว ใน พ.ศ. ๒๔๘๘ สงครามโลกครั้งที่สองได้สิ้นสุดลง เป็นการปิดฉากภัยพิบัติครั้งยิ่งใหญ่ที่สุดที่มนุษยชาติได้เคยประสบ ทันทิที่สงครามยุติก็ได้มีการจัดตั้งองค์การสหประชาชาติขึ้น อันเป็นความพยายามที่จะป้องกันมิให้มีภัยพิบัติที่ยิ่งใหญ่เช่นนั้นเกิดขึ้นอีก ดังที่ได้มีวัตถุประสงค์ที่สำคัญ คือการธำรงรักษาสันติภาพและความมั่นคง

ระหว่างชาติ แต่แทบจะทันทีที่ทันใด้องค์การสหประชาชาตินั้นขึ้นมา สงศก่อตัวขึ้น ถึงแม้ว่าบัดนี้สงครามเย็นแต่ความขัดแย้งทางเชื้อชาติและศาสนา ดินแดนต่าง ๆ มากมายหลายแห่งในไเกิดปัญหาเรื่องความเสื่อมโทรมของธรรที่กลายเป็นภัยคุกคามอย่างร้ายแรงดของมนุษย์ด้วย ถึงแม้ว่าความขัดแย้งได้ได้รับการแก้ไขเสร็จสิ้นไปได้บ้าง ่และความมั่นคงปลอดภัยที่แท้จริงของโลกัความเป็นจริง

ดูเหมือนว่ามนุษย์จะมีความฝ้ในทางที่จะก่อความขัดแย้งและความรุจะสร้างสรรค์สันติภาพ เห็นได้ชัดว่าการ่ง่ายกว่าการรักษาสันติภาพ ดังปรากฏและสงครามกลายเป็นปกติวิสัย ส่เพียงภาวะแทรกคั่นชั่วคราว อย่างไรก็ตามิใช่สิ่งที่หลีกเลี่ยงมิได้ ความขัดแย้งเที่ใจนั้นแหละเราจะแก้ไขความขัดแย้งไ



# แปลคำปราศรัย

ของ

บรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต)

ทางวิทยาลัยการศึกษาเพื่อสันติภาพ

จักรยูเนสโก กรุงปารีส

๐ ธันวาคม ๒๕๓๗

เกิดจากอิสรภาพและความสุข

ปีล่วงมาแล้ว ใน พ.ศ. ๒๕๓๘ สงคราม  
ดลันสุดลง เป็นการปิดฉากภัยพิบัติ  
ดที่มนุษยชาติได้เคยประสบ ทันทที่  
ได้มีการจัดตั้งองค์การสหประชาชาติขึ้น  
พยายามที่จะป้องกันมิให้มีภัยพิบัติที่  
เกิดซ้ำขึ้นอีก ดังที่ได้มีวัตถุประสงค์  
การธำรงรักษาสันติภาพและความมั่นคง

ระหว่างชาติ แต่แทบจะทันทีทันใดที่ได้มีการจัดตั้ง  
องค์การสหประชาชาตินั้นขึ้นมา สงครามเย็นก็ได้เริ่ม  
ก่อตัวขึ้น ถึงแม้ว่าบัดนี้สงครามเย็นจะสิ้นสุดลงแล้ว  
แต่ความขัดแย้งทางเชื้อชาติและศาสนาได้ปะทุขึ้น ณ  
ดินแดนต่าง ๆ มากมายหลายแห่งในโลก หน้าซ้ำยัง  
เกิดปัญหาเรื่องความเสื่อมโทรมของธรรมชาติแวดล้อม  
ที่กลายเป็นภัยคุกคามอย่างร้ายแรงต่อความอยู่รอด  
ของมนุษย์ด้วย ถึงแม้ว่าความขัดแย้งต่าง ๆ ในโลกจะ  
ได้รับการแก้ไขเสร็จสิ้นไปได้บ้าง แต่สันติภาพและ  
ความมั่นคงปลอดภัยที่แท้จริงของโลกก็ยังห่างไกลจาก  
ความเป็นจริง

ดูเหมือนว่ามนุษย์จะมีความฝักใฝ่โน้มน้าวไปยัง  
ในทางที่จะก่อความขัดแย้งและความรุนแรง มากกว่า  
จะสร้างสรรค์สันติภาพ เห็นได้ชัดว่าการทำลายสันติภาพ  
ง่ายกว่าการรักษาสันติภาพ ดังปรากฏว่า การขัดแย้ง  
และสงครามกลายเป็นปกติวิสัย ส่วนสันติภาพเป็น  
เพียงภาวะแทรกคั่นชั่วคราว อย่างไรก็ตาม สภาพเช่นนี้  
มิใช่สิ่งที่หลีกเลี่ยงมิได้ ความขัดแย้งเกิดขึ้นที่ใจ และ  
ที่ใจนั้นแหละเราจะแก้ไขความขัดแย้งได้

โดยที่แท้แล้ว ตัวเราก็คือใจของเรานั้นเอง เมื่อเราปล่อยให้ความอยากได้ผลประโยชน์ในทางวัตถุขยายตัวเพิ่มขึ้นมาโดยไม่ได้ควบคุม เราจะมองเห็นเพื่อนมนุษย์เป็นปฏิปักษ์ และมองเห็นธรรมชาติเป็นวัตถุที่จะเอามาใช้หาประโยชน์ ยิ่งเมื่อมีความเชื่อว่าการความสุขที่แท้จะลุล่วงได้ด้วยการบำรุงบำเรอความสุขทางเนื้อหนัง เราก็ได้พัฒนาวิถีชีวิตแบบวัตถุนิยมสุดโต่งขึ้นมา ทำให้การแข่งขันและการบริโภคนกลายเป็นแบบแผนของการใช้ชีวิตและเป็นที่ทุ่มเทพลังงานของสังคม มนุษย์ได้กลายเป็น “นักบริโภค” ผู้อุทิศตัวให้แก่วิถีชีวิตแห่งการแข่งขันเพื่อการบริโภค แต่การแข่งขันนั้นได้ทำให้เราตกอยู่ในภาวะของการมี “สงครามเย็น” อย่างถาวรกับเพื่อนบ้านของเรา และวิถีชีวิตแบบนี้ก็ทำให้เราเกิดปัญหากับสภาพแวดล้อม เมื่อไม่มีความสุขอยู่ข้างในเราก็พยายามแสวงหาความสุขจากข้างนอก โดยการเสพสิ่งบำรุงบำเรอความสุขทางเนื้อหนัง เมื่อไม่มีสันติภาพและความมั่นคงภายในจิตใจ เราก็พยายามที่จะสร้างมันขึ้นมาด้วยการไปบังคับควบคุมและข่มขี่ครอบงำผู้อื่น นอกจากนั้น

การแบ่งแยกเชื้อชาติผิวพวกเผ่าพันธุ์ก็ขัดแย้งนั้นทวีความรุนแรงมากขึ้น

แต่มนุษย์เป็นสัตว์ที่ฝึกได้ และจ้ะรับการฝึกฝนพัฒนาด้วยการศึกษา ค้ะเป็นสัตว์ที่ฝึกได้และสามารถกระทำก้ะนี้แหละ ที่เป็นพรพิเศษของความเป็นมก้ะก็ตาม เมื่อการศึกษาขาดคุณภาพ ก้ะแต่ส่งเสริมความสามารถของมนุษย์ในก้ะวัตถุสิ่งเสพมาบำรุงบำเรออินทรีย์สัมผัสละเลยศักยภาพที่แท้จริงของเรา ทำไ้ความสามารถที่จะมีความสุข แม้ว่าว้ะจะมีจำนวนเพิ่มพูนล้นเหลือมากขึ้น มลदन้อยลง

การหาความสุขภายนอกอย่างนี้คือการแก่งแย่งช่วงชิง ซึ่งไม่เพียงแต่จะก้ะขัดแย้งกับเพื่อนมนุษย์เท่านั้น แต่ควาของเราในการหาความสุขแบบนั้น ยังเสื่อมสลายแก่สภาพแวดล้อมอีกด้วย แะโดยรวมของเราก้ะได้เริ่มถูกบ่อนทำลายล

แล้ว ตัวเราก็คือใจของเรานั้นเอง เมื่อ  
 ามอยากได้ผลประโยชน์ในทางวัตถุ  
 ษาโดยไม่ได้ควบคุม เราจะมองเห็น  
 ปฏิบัติ และมองเห็นธรรมชาติเป็น  
 ษาประโยชน์ ยิ่งเมื่อมีความเชื่อว่า  
 ะลุถึงได้ด้วยการบำรุงบำเรอความสุข  
 เราก็ได้พัฒนาวิถีชีวิตแบบวัตถุนิยม  
 ให้การแข่งขันและการบริโภคลายเป็น  
 ะใช้ชีวิตและเป็นที่ทุ่มเทพลังงานของ  
 ายเป็น “นักบริโภค” ผู้อุทิศตัวให้แก่  
 ่งขันเพื่อการบริโภค แต่การแข่งขันนั้น  
 อยู่ในภาวะของการมี “สงครามเย็น”  
 ่อนบ้านของเรา และวิถีชีวิตแบบ  
 เราเกิดปัญหากับสภาพแวดล้อม เมื่อ  
 ่างในเราก็พยายามแสวงหาความสุข  
 ดยการเสพสิ่งบำรุงบำเรอความสุขทาง  
 ไม่มีสันติภาพและความมั่นคงภายใน  
 ายามที่จะสร้างมันขึ้นมาด้วยการไป  
 ะข่มขี่ครอบงำผู้อื่น นอกจากนั้น

การแบ่งแยกเชื้อชาติผิวพวกเผ่าพันธุ์ก็ยิ่งทำให้ความ  
 ขัดแย้งนั้นทวีความรุนแรงมากขึ้น

แต่มนุษย์เป็นสัตว์ที่ฝึกได้ และจำเป็นจะต้องได้  
 รับการฝึกฝนพัฒนาด้วยการศึกษา ศักยภาพในการ  
 เป็นสัตว์ที่ฝึกได้และสามารถกระทำหน้าที่สร้างสรรค์  
 นี้แหละ ที่เป็นพรพิเศษของความเป็นมนุษย์ อย่างไรก็ตาม  
 ก็ตาม เมื่อการศึกษาขาดคุณภาพ การศึกษานั้นก็ได้  
 แต่ส่งเสริมความสามารถของมนุษย์ในการที่จะแสวงหา  
 วัตถุสิ่งเสพมาบำรุงบำเรออินทรีย์สัมผัส การศึกษานั้น  
 ละเลยศักยภาพที่แท้จริงของเรา ทำให้เราได้พัฒนา  
 ความสามารถที่จะมีความสุข แม้ว่าวัตถุสิ่งเสพต่าง ๆ  
 จะมีจำนวนเพิ่มพูนล้นเหลือมากขึ้น แต่ความสุขกลับ  
 ลดน้อยลง

การหาความสุขภายนอกอย่างนั้นประกอบด้วย  
 การแก่งแย่งชิง ซึ่งไม่เพียงแต่จะทำให้เราเกิดความ  
 ขัดแย้งกับเพื่อนมนุษย์เท่านั้น แต่ความเพียรพยายาม  
 ของเราในการหาความสุขแบบนั้น ยิ่งก่อให้เกิดความ  
 เสื่อมสลายแก่สภาพแวดล้อมอีกด้วย และคุณภาพชีวิต  
 โดยรวมของเราก็ได้เริ่มถูกบ่อนทำลายลงไป ยิ่งกว่านั้น

เนื่องจากความสุขแบบนี้ต้องขึ้นต่อการเสพวัตถุเพียงอย่างเดียว จึงทำให้เราต้องฝากความสุขไว้กับวัตถุ บำรุงบำเรอภายนอกมากยิ่งขึ้น แล้วก็ทำให้เราสูญเสียอิสรภาพ

ในทางตรงข้าม การศึกษาที่เป็นกุศลและมีคุณภาพ จะฝึกฝนมนุษย์ให้พัฒนาความสามารถ มิใช่เพียงในการที่จะแสวงหาวัตถุมาเสพเท่านั้น แต่ให้เขาพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุขด้วย เมื่อเราเป็นคนที่มีความสุขง่ายขึ้น ความต้องการวัตถุมาเสพก็ลดน้อยลงไป ทำให้ทัศนคติในการแสวงหาผลประโยชน์ส่วนตัวพลอยลดน้อยลงไปตาม คนที่มีความสุขอยู่ข้างในแล้วก็มีจิตใจโน้มโน้มไปในทางที่จะช่วยทำให้คนอื่นมีความสุข ในเมื่อวัตถุบำรุงบำเรอต่างๆ มิใช่เป็นช่องทางเดียวที่จะทำให้เขามีความสุข เขาก็สามารถแบ่งปันวัตถุเหล่านั้นให้ผู้อื่นได้ ความสุขที่แต่ก่อนนี้เป็นแบบแก่งแย่งช่วงชิง ก็เปลี่ยนมาเป็นความสุขแบบเผื่อแผ่และประสานกลมกลืน

ในด้านจริยธรรม จริยศึกษาของเราในปัจจุบัน ได้เห็นตระหนักว่า ปัญหาและความขัดแย้งต่างๆ เกิด

จากการแข่งขันทะยานหาความสุขกันอยู่ จึงสอนคนให้รู้จักควบคุมตนเองโดย “สิทธิมนุษยชน” ของคนอื่น เพราะฉะนั้น อยู่ในสังคมที่รักษาความสงบไว้ได้ ด้วยข้อบังคับ แต่จริยธรรมใดก็ตามที่ต้องใช้ความจำใจจำยอมเป็นพื้นฐาน ย่อมไม่อาจวางใจได้ จริยธรรมที่มีลักษณะบังคับนั้นเป็นจริย-ธรรมที่ไม่เพียงพอ จริยธรรมที่แท้จริงต้องมีพื้นฐานมาจากกลมกลืนและความสุข คนเหล่าใดมีสิทธิและมีความสุขที่เป็นอิสระ คนเหล่านั้นเอาทรัพย์และอำนาจเป็นเครื่องบำรุงบำเรอใหญ่ของตน แต่ทรัพย์และอำนาจเป็นเครื่องมือสำหรับใช้สร้างสรรค์ประโยชน์มนุษย์ จริยธรรมในทางสร้างเสริมเช่นต้องการในยุคสมัยปัจจุบันของพวกเขา

การให้การศึกษามาของเราส่วนในทางที่จะสนับสนุนให้เกิดความรู้สึกอยุ่เด็ก ๆ ไร่เรียนกันไปในแนวทางที่จะมี

ความสุขแบบนี้ต้องขึ้นต่อการเสพวัตถุเพียง  
องทำให้เราต้องฝากความสุขไว้กับวัตถุ  
นอกมากยิ่งขึ้น แล้วก็ทำให้เราสูญเสีย

ตรงข้าม การศึกษาที่เป็นกุศลและมี  
แผนมนุษย์ให้พัฒนาความสามารถ มิใช่  
แสวงหาวัตถุมาเสพเท่านั้น แต่ให้เขา  
มารู้ที่จะมีความสุขด้วย เมื่อเราเป็น  
ง่ายขึ้น ความต้องการวัตถุมาเสพก็  
ทำให้ทัศนคติในการแสวงหาผลประโยชน์  
ด้อยลงไปตาม คนที่มีความสุขอยู่  
แต่ใจโน้มโน้มไปในทางที่จะช่วยทำ  
ในเมื่อวัตถุบำรุงบำเรอต่าง ๆ มิใช่  
ยวที่จะทำให้เขามีความสุข เขาก็  
วัตถุเหล่านั้นให้ผู้อื่นได้ ความสุขที่แต่  
ก่งแย่งช่วงชิง ก็เปลี่ยนมาเป็นความสุข  
ประสานกลมกลืน

จริยธรรม จริยศึกษาของเราในปัจจุบัน  
ว่า ปัญหาและความขัดแย้งต่าง ๆ เกิด

จากการแข่งขันทะยานหาความสุขกันอย่างไม่มีขอบเขต  
จึงสอนคนให้รู้จักควบคุมตนเองโดยไม่ล่องละเมิด  
“สิทธิมนุษยชน” ของคนอื่น เพราะฉะนั้น เราจึงมีชีวิต  
อยู่ในสังคมที่รักษาความสงบไว้ได้ ด้วยการวางกฎเกณฑ์  
ข้อบังคับ แต่จริยธรรมใดก็ตามที่ต้องใช้ความกลัวและ  
ความจำใจจำยอมเป็นพื้นฐาน ย่อมเป็นจริยธรรมที่  
ไม่อาจวางใจได้ จริยธรรมที่มีลักษณะแบบห้ามสั่ง  
บังคับนั้นเป็นจริย-ธรรมที่ไม่เพียงพอ ในทางตรงข้าม  
จริยธรรมที่แท้จริงต้องมีพื้นฐานมาจากความประสาน  
กลมกลืนและความสุข ชนเหล่าใดมีสันติภายในจิตใจ  
และมีความสุขที่เป็นอิสระ ชนเหล่านั้นย่อมไม่ลุ่มหลง  
เอาทรัพย์และอำนาจเป็นเครื่องบำรุงบำเรอเสริมความ  
ยิ่งใหญ่ของตน แต่ทรัพย์และอำนาจนั้นจะกลายเป็น  
เครื่องมือสำหรับใช้สร้างสรรค์ประโยชน์สุขแก่เพื่อน  
มนุษย์ จริยธรรมในทางสร้างเสริมเช่นนี้แหละคือสิ่งที่  
ต้องการในยุคสมัยปัจจุบันของพวกเรา

การให้การศึกษาของเราส่วนใหญ่มักเป็นไปใน  
ทางที่จะสนับสนุนให้เกิดความรู้สึกอยากได้อะไรอยากเอา  
เด็ก ๆ ร่ำเรียนกันไปในแนวทางที่จะมองหาวัตถุบำรุง

บำเรอเป็นจุดหมาย เราจะต้องปรับให้เกิดความสมดุลในเรื่องนี้ โดยการศึกษาทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน ควรจะต้องปลูกฝังจิตสำนึกในการให้ การฝึกให้รู้จักให้จะสอนเด็กให้เกิดมีความสุขจากการให้ และก่อให้เกิดเมตตาธรรม เมตตาหรือความรักนี้ หมายถึง ความปรารถนาที่จะให้คนอื่นมีความสุข ด้วยการศึกษานี้ เราจะรู้จักมองคนอื่นเป็นเพื่อนมนุษย์ ที่ร่วมสุขร่วมทุกข์ ตกอยู่ภายใต้กฎธรรมชาติเช่นเดียวกับเรา เนื่องจาก การให้เป็นการสนองความต้องการของเราที่อยากเห็นคนอื่นมีความสุข ทั้งสองฝ่าย คือทั้งเราและเขา หรือทั้งผู้ให้และผู้รับ จึงต่างก็เป็น “ผู้ได้” และมีความสุขด้วยกัน โดยนัยนี้การให้ซึ่งตามธรรมดาดูกันว่าเป็น “การเสีย” ก็กลับกลายเป็น “การได้” ซึ่งทำให้เกิดความสุขด้วยความสุขแบบประสานเช่นนี้ ความต้องการหาความสุขแบบเห็นแก่ตัวต่างๆ ก็จะลดน้อยลง ทำให้ความตึงเครียดในสังคมลดน้อยลงไปด้วย

จริยธรรมแบบพอใจ กับจริยธรรมแบบจำใจ มีความแตกต่างกันมาก เมื่อเข้ามาในจริยธรรมแห่งความเอื้อประสานและความสุข วิธีคิดของเราจะเปลี่ยน

ไป เมื่อตั้งจิตคิดจะเอา เราจะมองคนอื่นเป็นเหยื่อ แต่เมื่อคิดจะให้ เราจะมองเขาใจและเกิดความเมตตากรุณา ความหมายของถ้อยคำต่างๆ ที่สำคัญต่อชีวิต คำว่า ความเสมอภาค และความสุข เป็นไป เมื่ออยู่ในระบบแข่งขัน คนจะมองความสุขเสมอภาคในแง่ของการปกป้องตัว ร้องสิทธิและโอกาสที่เท่าเทียมกันในกประโยชน์ให้ แก่ตน แต่ในระบบประชาธิปไตยตามธรรม ความเสมอภาคกลายเป็นภาเกิดมีโอกาสมากที่สุด ที่จะร่วมมือสร้างและประโยชน์สุขให้แก่สังคม ความสุขแบ่งแยก กลายมาเป็นความสุขแบบปรกกันได้ฉันใด ความเสมอภาคแบบแบ่งเปลี่ยนมาเป็นความเสมอภาคแบบประซึ่งกันและกันได้ฉันนั้น

ในระดับที่สูงขึ้นไปกว่านั้น ฝึกฝนพัฒนาตนให้รู้จักสร้างความสุขโดยไม่ต้องพึ่งพาวัตถุบำเรอความสุข



ง่าย เราจะต้องปรับให้เกิดความสมดุล การศึกษาทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน ควรคำนึงในการให้ การฝึกให้รู้จักให้ จะมีความสุขจากการให้ และก่อให้เกิดมตตาหรือความรักนี้ หมายถึง ความที่คนอื่นมีความสุข ด้วยการศึกษาย่างนี้คนอื่นเป็นเพื่อนมนุษย์ ที่ร่วมสุขร่วมทุกข์ ธรรมชาติเช่นเดียวกับเรา เนื่องจากสนองความต้องการของเราที่อยากเห็น ทั้งสองฝ่าย คือทั้งเราและเขา หรือจึงต่างก็เป็น “ผู้ได้” และมีความสุข ยัยนี้การให้ซึ่งตามธรรมดาดูกันว่าเป็น ลับกลายเป็น “การได้” ซึ่งทำให้เกิดความสุขแบบประสานเช่นนี้ ความต้องการเห็นแก่ตัวต่าง ๆ ก็จะลดน้อยลง ทำให้คนสังคมลดน้อยลงไปด้วย

แบบพอใจ กับจริยธรรมแบบจำใจ มีอันมาก เมื่อเข้ามาในจริยธรรมแห่ง และความสุข วิธีคิดของเราจะเปลี่ยน

ไป เมื่อตั้งใจคิดจะเอา เราจะมองคนอื่นเป็นคู่แข่งหรือเป็นเหยื่อ แต่เมื่อคิดจะให้ เราจะมองเขาด้วยความเข้าใจและเกิดความเมตตากรุณา ความเข้าใจความหมายของถ้อยคำต่าง ๆ ที่สำคัญต่อชีวิตของคน เช่น คำว่า ความเสมอภาค และความสุข เป็นต้น ก็เปลี่ยนไป เมื่ออยู่ในระบบแข่งขัน คนจะมองความหมายของความเสมอภาคในแง่ของการปกป้องตัวเอง และเรียกร้องสิทธิและโอกาสที่เท่าเทียมกันในการแสวงหาผลประโยชน์ให้ แก่ตน แต่ในระบบประชาธิปไตยที่ถูกต้องตามธรรม ความเสมอภาคกลายเป็นภาวะที่ช่วยให้เราเกิดมีโอกาสมากที่สุด ที่จะร่วมมือสร้างสรรค์เอกภาพ และประโยชน์สุขให้แก่สังคม ความสุขแบบแก่งแย่งแบ่งแยก กลายมาเป็นความสุขแบบประสานกลมกลืนกันได้ฉันใด ความเสมอภาคแบบแก่งแย่งแข่งขัน ก็เปลี่ยนมาเป็นความเสมอภาคแบบประสานกลมกลืนซึ่งกันและกันได้ฉันนั้น

ในระดับที่สูงขึ้นไปกว่านั้น มนุษย์สามารถฝึกฝนพัฒนาตนให้รู้จักสร้างความสุขภายในขึ้นได้ โดยไม่ต้องพึ่งพาวัตถุบำรุงบำเรอความสุขจากภายนอก

การศึกษาที่ไม่ถูกต้อง ทำให้คนเกิดความหลงผิด คิดไปว่า เขาจะมีความสุขได้ก็ต่อเมื่อมีวัตถุเสพ จึงทำให้เขานำเอาเรี่ยวแรงความเพียรพยายามออกไปใช้ข้างนอก การพยายามหาความสุขจากภายนอกแบบนี้ ย่อมต้องมีความเครียดและความทุกข์แฝงมาด้วยอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่ถ้าเรานำเอาความเพียรพยายามนั้น เข้ามาใช้ข้างในให้มากขึ้นบ้าง โดยบำเพ็ญข้อปฏิบัติ ต่างๆ เช่น การรู้จักมนสิการและการทำจิตภาวนา เราก็อาจจะได้พบกับความสุขแบบที่ประณีตและเป็น อิสระมากกว่า ซึ่งเป็นความสุขที่เกิดจากจิตอันนิ่งสงบ และปัญญาที่รู้ความจริง แล้วความสุขแบบนี้ก็จะช่วยให้เราหลุดพ้นไปจากการกระทำทั้งหลายที่เป็นการ เบียดเบียนและเห็นแก่ตัว

ในขั้นสูงสุด การพัฒนาคนจะนำไปสู่การรู้แจ้ง สัจธรรม และความเข้าใจทั่วตลอดถึงความสัมพันธ์ อิงอาศัยกันและกันของสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ทั้งชีวิต ของเรา ทั้งสังคม และสิ่งแวดล้อมรอบตัว เมื่อปัญญา รู้แจ้งสอดคล้องกับสัจธรรมแล้ว ก็จะทำให้เกิดความหลุดพ้น เป็นอิสระ และเมื่อนั้น สภาวะแห่งความไม่เที่ยง เป็น

ทุกข์ และเป็นไปตามเหตุปัจจัยของสิ่งทั้งหลาย ทั้งปวง เป็นไปตามเหตุปัจจัยของสิ่งทั้งหลายทั้งปวงในโลกละก็ สัมพันธภาพของสิ่งทั้งหลายทั้งปวงในโลกละก็ ก่อให้เกิดความเครียด ความกดดัน ความทุกข์ แก่เราได้อีกต่อไป นี่ก็คือ สภาวะที่เป็นจริงของสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ตระหนักรู้ถึงความสัมพันธ์เนื่องอาศัยกันของ สิ่งทั้งหลายทั้งปวง เราก็จะประสานประโยชน์ของทุก บุคคล สังคม และระบบนิเวศ ให้กลมกลืน ชึ่งกันและกัน

เมื่อเรามัวแต่รุ่มรวยหาความสุข ให้แก่ผู้อื่น พร้อมกันนั้นความสุขก็กลา ขาดแคลนอยู่ตลอดเวลา ไม่มีในปัจจุบัน ข้างหน้า ต้องคอยตามหาด้วยความ หิวโหย ดั่งปรากฏว่าอาการหิวกระหาย ครอบงำไปทั่ว ไม่ว่าจะในครอบครัวก็ตาม ก็ตาม ที่ทำงานก็ตาม ทั้งสังคมไปหมด ขาดแคลนความสุขอย่างนี้ เป็นกันอยู่ดูจะ เห็นทั่วไปในสังคมของเราทุกวันนี้

ถูกต้อง ทำให้คนเกิดความหลงผิด  
จะมีความสุขได้ก็ต่อเมื่อมีวัตถุเสพ จึง  
เรี่ยวแรงความเพียรพยายามออกไปใช้  
พยายามหาความสุขจากภายนอกแบบนี้  
มเครียดและความทุกข์แฝงมาด้วยอย่าง  
แต่ถ้าเรานำเอาความเพียรพยายามนั้น  
ให้มากขึ้นบ้าง โดยบำเพ็ญข้อปฏิบัติ  
การรู้จักมนสิการและการทำจิตภาวนา  
พบกับความสุขแบบที่ประณีตและเป็น  
ซึ่งเป็นความสุขที่เกิดจากจิตอันนิ่งสงบ  
ความจริง แล้วความสุขแบบนี้ก็จะช่วย  
ไปจากการกระทำทั้งหลายที่เป็นการ  
เห็นแก่ตัว

ที่สุด การพัฒนาคนจะนำไปสู่การรู้แจ้ง  
ะความเข้าใจทั่วตลอดถึงความสัมพันธ์  
ะกันของสิ่งทั้งหลายทั้งปวง ทั้งชีวิต  
คม และสิ่งแวดล้อมรอบตัว เมื่อปัญญา  
กับสังขธรรมแล้ว ก็จะทำให้เกิดความหลุดพ้น  
เมื่อนั้น สภาวะแห่งความไม่เที่ยง เป็น

ทุกข์ และเป็นไปตามเหตุปัจจัยของสิ่งทั้งหลาย อันเป็น  
สามัญลักษณ์ของสังขารทั้งปวงในโลกนี้ ก็จะไม่สามารถ  
ก่อให้เกิดความเครียด ความกดดันวุ่นวายใจ และ  
ความทุกข์ แก่เราได้อีกต่อไป นี่ก็คือการรู้แจ้งถึง  
สภาวะที่เป็นจริงของสิ่งทั้งหลายทั้งปวง และด้วยการ  
ตระหนักรู้ถึงความสัมพันธ์เนื่องอาศัยกันของสิ่งทั้งหลาย  
ทั้งปวง เราก็คงจะประสานประโยชน์ของทุกฝ่าย คือทั้ง  
บุคคล สังคม และระบบนิเวศ ให้กลมกลืนและเกื้อกูล  
ซึ่งกันและกัน

เมื่อเรามัวแต่วุ่นวายหาความสุข เราก็ไม่มีเวลา  
ให้แก่ผู้อื่น พร้อมกันนั้นความสุขก็กลายเป็นสิ่งที่เรา  
ขาดแคลนอยู่ตลอดเวลา ไม่มีในปัจจุบัน แต่รออยู่  
ข้างหน้า ต้องคอยตามหาด้วยความหวังว่าจะได้ใน  
อนาคต ดังปรากฏว่าอาการหิวกระหายความสุขนี้แพร่  
ระบาดไปทั่ว ไม่ว่าจะเป็นครอบครัวก็ตาม ในโรงเรียน  
ก็ตาม ที่ทำงานก็ตาม ทั่วสังคมไปหมด สภาพจิตใจที่  
ขาดแคลนความสุขอย่างนี้ เป็นกันอยู่ดาษดื่นปรากฏให้  
เห็นทั่วไปในสังคมของเราทุกวันนี้

ความสงบเริ่มที่บ้าน เราจะต้องนำความรักและความสุขคืนมาให้แก่ครอบครัว นำความเอื้ออาทรและความสุขที่แบ่งปันได้คืนมาให้แก่โรงเรียน โดยสอนให้คนรู้จักความสุขแบบประสานที่ทุกคนมีส่วนร่วม คนมีความสุขก็จะแผ่ขยายระบายความสุขของตนออกไปแก่คนรอบข้าง และช่วยบรรเทาความขัดแย้งแก่งแย่งชิงดีกัน

จงถามตนเองให้น้อยลงว่า *ฉันจะได้อะไร* และจงถามตนเองให้มากขึ้นว่า *ฉันจะทำอะไรเพื่อผู้อื่นได้บ้าง* ในทำนองเดียวกัน พึงมองเห็นคุณประโยชน์ที่ธรรมชาติได้ให้แก่เรา แทนที่จะเรียกร้องเอาจากมันมากยิ่งขึ้นไปอย่างไม่รู้จักหยุดหย่อน พึงเรียนรู้ด้วยใจชื่นชมโดยมีจิตสำนึกมองเห็นคุณค่าที่ธรรมชาติและผู้คนที่อยู่รอบข้างเรา ได้ช่วยเหลือเกื้อกูลให้เรามีชีวิตเป็นอยู่ด้วยดีในบัดนี้ ด้วยการฝึกฝนพัฒนาวิถีคิดแบบกตัญญูรู้สำนึกคุณอย่างนี้ ความเอื้ออาทรและความสุขแบบประสานก็จะก่อให้เกิดสันติสุขขึ้น ทั้งที่ใจและในสังคม ความเอื้ออาทรและความสุขเช่นนี้จะประสานสอดคล้องกับความรู้ความเข้าใจที่ยังซึ่งลงไปถึงความเป็นเพื่อนร่วมสุขร่วมทุกข์กันของสรรพสัตว์ต่อหน้า

กฎธรรมชาติ ในขั้นสุดท้าย เราจะบรรลุถึงด้วยปัญญาที่ประกอบด้วยกรุณาตั้งกล

ในความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ ประนีประนอมกันได้ แม้แต่จะก้าวพ้นกาไปสู่ความประสานกลมกลืนกันด้วยอาคไมตรีก็ได้ แต่เราไม่สามารถประนีประนหรือความจริงได้ เราจะสัมพันธ์กับสัจธรรมนั้นได้ก็ด้วยความรู้และปัญญาฉะนั้น ในการเกี่ยวข้องกับความจริง ส่งเสริมการสักจจาและเสรีภาพในทาควรพัฒนาให้มีวัฒนธรรม ที่ความรักการร่วมมือกันเป็นมาตรฐานแห่งความมนุษย์ แต่พร้อมนั้นก็ให้เสรีภาพและความรู้โดยไม่ต้องประนีประนอมกันสำหรับความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับ

ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ก็ยุคสมัยที่ผ่านมา นี้ โดยส่วนใหญ่ได้วิทยาศาสตร์ ซึ่งได้รับอิทธิพลจากศาของตะวันตก ซึ่งทำให้มองมนุษย์แ

สงบเริ่มที่บ้าน เราจะต้องนำความรักและ  
 ใจให้แก่ครอบครัว นำความเอื้ออาทรและ  
 ใจปันได้คืนมาให้แก่โรงเรียน โดยสอนให้  
 สุขแบบประสานที่ทุกคนมีส่วนร่วม คนมี  
 เผื่อแผ่ขยายระบายความสุขของตนออกไปแก่คน  
 ช่วยเหลือบรรเทาความขัดแย้งแก่งแย่งชิงดีกัน  
 มตนเองให้น้อยลงว่า *ฉันจะได้อะไร* และ  
 ใจให้มากขึ้นว่า *ฉันจะทำอะไรเพื่อผู้อื่น*  
 ใจนองเดียวกัน พึงมองเห็นคุณประโยชน์  
 ใจให้แก่เรา แทนที่จะเรียกร้องเอาจากมัน  
 อย่างไม่รู้จักหยุดหย่อน พึงเรียนรู้ด้วยใจ  
 ใจสำนึกมองเห็นคุณค่าที่ธรรมชาติและ  
 ใจข้างเรา ได้ช่วยเหลือเกื้อกูลให้เรามีชีวิต  
 ใจในบัดนี้ ด้วยการฝึกฝนพัฒนาวิถีคิดแบบ  
 ใจคุณอย่างนี้ ความเอื้ออาทรและความสุข  
 ใจก็จะก่อให้เกิดสันติสุขขึ้น ทั้งที่ใจและใน  
 ใจเอื้ออาทรและความสุขเช่นนั้นจะประสาน  
 ใจความรู้ความเข้าใจที่ยั่งยืนซึ่งลงไปถึงความ  
 ใจสุขร่วมทุกข์กันของสรรพสัตว์ต่อหน้า

กฎธรรมชาติ ในขั้นสุดท้าย เราจะบรรลุสันติภาพได้  
 ใจด้วยปัญญาที่ประกอบด้วยกรุณาดังกล่าวมานี้

ใจในความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ เราสามารถ  
 ใจประนีประนอมกันได้ แม้แต่จะก้าวพ้นการประนีประนอม  
 ใจไปสู่ความประสานกลมกลืนกันด้วยอาศัยความรักและ  
 ใจไมตรีก็ได้ แต่เราไม่สามารถประนีประนอมกับสังขธรรม  
 ใจหรือความจริงได้ เราจะสัมพันธ์กับความจริงหรือ  
 ใจสังขธรรมนั้นได้ก็ด้วยความรู้และปัญญาเท่านั้น เพราะ  
 ใจฉะนั้น ในการเกี่ยวข้องกับความจริง จึงควรจะต้อง  
 ใจส่งเสริมการสักจัจฉาและเสรีภาพในทางความคิด เรา  
 ใจควรพัฒนาให้มี *วัฒนธรรม* ที่ความรักใคร่ไมตรีและ  
 ใจการร่วมมือกันเป็นมาตรฐานแห่งความสัมพันธ์ระหว่าง  
 ใจมนุษย์ แต่พร้อมนั้นก็ให้เสรีภาพและการแสวงหา  
 ใจความรู้อย่างไม่ต้องประนีประนอมกัน เป็นมาตรฐาน  
 ใจสำหรับความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสังขธรรม

ใจความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติใน  
 ใจยุคสมัยที่ผ่านมานี้ โดยส่วนใหญ่ได้ถูกกำหนดโดย  
 ใจวิทยาศาสตร์ ซึ่งได้รับอิทธิพลจากศาสนาและปรัชญา  
 ใจของตะวันตก ซึ่งทำให้มองมนุษย์แยกต่างหากจาก

ธรรมชาติ วัตถุประสงค์ของวิทยาศาสตร์ก็คือการที่จะพิชิตและครอบครองธรรมชาติ แล้วนำเอาธรรมชาติมาจัดสรรสนองความต้องการในการหาผลประโยชน์ของมนุษย์ ทักษณคติแบบที่เป็นปฏิปักษ์ต่อธรรมชาติ เช่นนี้ ซึ่งได้ปรับแปรออกเป็นปฏิบัติการในเชิงหาผลประโยชน์แบบเห็นแก่ตัวโดยอาศัยเทคโนโลยี ได้ก่อให้เกิดผลร้ายแก่สภาพแวดล้อมอย่างร้ายแรงดังที่เราประสบอยู่ทุกวันนี้ ถึงเวลาแล้วที่วิทยาศาสตร์ จะต้องกลับตัว เปลี่ยนท่าที และนำอารยธรรมให้ก้าวหน้าไปในทิศทางใหม่ มนุษย์จะต้องแสวงหาความรู้ มิใช่เพื่่อมุ่งแต่จะหาผลประโยชน์อย่างเห็นแก่ตัว แต่จะต้องแสวงหาความรู้เพื่อเอามาเป็นประทีปส่องช่วยชี้ช่องทางให้เรามองเห็นวิธีที่จะได้ประโยชน์จากธรรมชาติ โดยไม่ต้องทำร้ายมัน เทคโนโลยี จะต้องได้รับการกำหนดบทบาทให้ชัดเจนมากขึ้น โดยมุ่งที่จะใช้เป็นเครื่องช่วยให้มนุษย์ สังคม และสิ่งแวดล้อม ดำรงอยู่ร่วมกันได้อย่างยั่งยืนและประสานกลมกลืน

ความเปลี่ยนแปลงทั้งหมดนี้ต้องเริ่มที่ใจ ใจที่จะทำการเปลี่ยนแปลงนี้ได้สำเร็จ ก็คือจิตใจที่เข้าถึง

ความสงบ อิสระภาพและความสุขภายในใจ จะสถาปนาสันติภาพในโลกนี้ให้สำเร็จ ฝึกฝนพัฒนาตนเองให้สามารถประสบความสุขที่เป็นอิสระ ด้วยความหลุดพ้นทะยานหาสิ่งเสพบำเรอสุข ความไม่บรรดาภิภูมิต่างที่ก่อให้เกิดความแก่งแย่งทั้งหลาย ภาวะนี้จะสำเร็จได้ก็ต้องมีบุคคล ซึ่งก็คือภารกิจของการศึกษา

การริเริ่มให้รางวัลการศึกษาเพื่อยุเนสโก นับว่าเป็นการเดินทางไปอีกก้าว สร้างสรรค์สันติภาพ ถือได้ว่าเป็นความที่น่าชื่นชม ข้าพเจ้าเข้าใจว่า รางวัลนี้ เพื่อเป็นการยอมรับในผลสำเร็จที่บุคคลก็ตามได้กระทำแล้ว ในการสร้างสรรค์สันติภาพ เราจะต้องยอมรับความจริงว่า สันติภาพได้เกิดขึ้นในโลกแต่อย่างใดไม่ แต่ราสิ่งกระตุ้นเตือนใจ และส่งเสริมให้เรามาร่วมแรงร่วมใจกัน ในอันที่จะสร้างสันติให้สำเร็จ รางวัลนี้เป็นประดุจเสียงร่ำ



อุปประสงค์ของวิทยาศาสตร์ก็คือการที่จะ  
ครองธรรมชาติ แล้วนำเอาธรรมชาติ  
ของความต้องการในการหาผลประโยชน์  
ทัศนคติแบบที่เป็นปฏิปักษ์ต่อธรรมชาติ  
ดัดแปรออกเป็นปฏิบัติการในเชิงหา  
ประโยชน์เห็นแก่ตัวโดยอาศัยเทคโนโลยี ได้  
ทำลายสภาพแวดล้อมอย่างร้ายแรงดังที่  
ทุกวันนี้ ถึงเวลาแล้วที่วิทยาศาสตร์ จะ  
เปลี่ยนท่าที และนำอารยธรรมให้ก้าวหน้า  
ใหม่ มนุษย์จะต้องแสวงหาความรู้ มิใช่  
หาผลประโยชน์อย่างเห็นแก่ตัว แต่จะ  
หาความรู้เพื่อเอามาเป็นประโยชน์สองช่วยชี้  
มองเห็นวิธีที่จะได้ประโยชน์จากธรรมชาติ  
ร้ายมัน เทคโนโลยี จะต้องได้รับการ  
ทำให้ชัดเจนมากขึ้น โดยมุ่งที่จะใช้เป็น  
มนุษย์ สังคม และสิ่งแวดล้อม ดำรงอยู่  
ยั่งยืนและประสานกลมกลืน  
เปลี่ยนแปลงทั้งหมดนี้ต้องเริ่มที่ใจ ใจที่  
เปลี่ยนแปลงนี้ได้สำเร็จ ก็คือจิตใจที่เข้าถึง

ความสงบ อิสระภาพและความสุขภายใน หากเราหวัง  
จะสถาปนาสันติภาพในโลกนี้ให้สำเร็จ เราจะต้อง  
ฝึกฝนพัฒนาตนเองให้สามารถประสบสันติสุขภายใน  
และความสุขที่เป็นอิสระ ด้วยความหลุดพ้นจากความ  
ไฝทะยานหาสิ่งเสพบำเรอสุข ความไฝแสวงอำนาจ  
และบรรดาทฤษฎีที่ก่อให้เกิดความแก่งแย่งและแบ่งแยก  
ทั้งหลาย ภาวะนี้จะสำเร็จได้ก็ต้องมีการฝึกฝนพัฒนา  
บุคคล ซึ่งก็คือภารกิจของการศึกษา

การริเริ่มให้รางวัลการศึกษาเพื่อสันติภาพของ  
ยูเนสโก นับว่าเป็นการเดินทางไปอีกก้าวหนึ่ง ในการ  
สร้างสรรค์สันติภาพ ถือได้ว่าเป็นความเพียรพยายาม  
ที่น่าชื่นชม ข้าพเจ้าเข้าใจว่า รางวัลนี้ มิใช่มีขึ้นเพียง  
เพื่อเป็นการยอมรับในผลสำเร็จที่บุคคลหรือองค์กรใด  
ก็ตามได้กระทำแล้ว ในการสร้างสรรค์สันติภาพ เพราะ  
เราจะต้องยอมรับความจริงว่า สันติภาพเช่นนั้น ยังหา  
ได้เกิดมีขึ้นในโลกแต่อย่างใดไม่ แต่รางวัลนี้คงจะเป็น  
สิ่งกระตุ้นเตือนใจ และส่งเสริมให้เราเพียรพยายาม  
ร่วมแรงร่วมใจกัน ในอันที่จะสร้างสันติภาพที่แท้จริง  
ให้สำเร็จ รางวัลนี้เป็นประดุจเสียงร่ำร้องเชิญชวนให้

มากระทำการทุกอย่างยิ่งขึ้นไป เพื่อให้ได้มาซึ่งรางวัล  
ที่แท้จริง คือโลกที่มีสันติสุขสำหรับมวลมนุษย์ รางวัล  
ที่มอบให้ในวันนี้ จะได้รับจริง ก็ต่อเมื่อโลกมีสันติภาพ  
อย่างจริงแท้ดังได้กล่าวนั้น

Address Delivered by the Venerable  
Phra Dhammapadok (P.A. Payutto) at  
the Award of UNESCO's 1994  
for Peace Education Prize

20<sup>th</sup> December 1994

-----  
**PEACE THROUGH FREEDOM**

**HAPPINESS P.A. Payutto**

Forty-nine years ago, in  
the end of World War II, the world  
witnessed the close of the  
calamity ever experienced by  
mankind. In an effort to avoid the recurrence  
such a catastrophe, the United Nations  
was established immediately after the war  
with the primary objective of maintaining  
international peace and security.

ทุกอย่างยิ่งขึ้นไป เพื่อให้ได้มาซึ่งรางวัล  
 ลกที่มีสันติสุขสำหรับมวลมนุษย์ รางวัล  
 นี้ จะได้รับจริง ก็ต่อเมื่อโลกมีสันติภาพ  
 ได้กล่าวนั้น

Address Delivered by the Venerable  
 Phra Dhammapidok (P.A. Payutto) at  
 the Award of UNESCO's 1994 Prize  
 for Peace Education Paris,

20<sup>th</sup> December 1994

-----  
**PEACE THROUGH FREEDOM AND  
 HAPPINESS P.A. Payutto**

Forty-nine years ago, in 1945, with  
 the end of World War II, the world  
 witnessed the close of the greatest  
 calamity ever experienced by mankind.  
 In an effort to avoid the recurrence of  
 such a catastrophe, the United Nations  
 was established immediately after the war,  
 with the primary objective of maintaining  
 international peace and security. But

almost as soon as it was founded, the Cold War began. Although the Cold War is now over, racial and religious conflicts have flared up in many areas of the planet, and environmental degeneration presents a major threat to human survival. Despite the resolution of some of the world's conflicts, genuine world peace and security are still far from being realized.

Human beings seem to be more inclined to conflict and violence than to peace: to break peace is evidently easier than to keep it. Conflict and war appear to be the norm and peace simply a temporary respite. However, this is not the inevitable state of affairs. Conflict arises in the mind, and it is there that it can be resolved.

In reality, we are our mind. If we allow our desire for material things to grow unchecked, our fellow humans become adversaries and nature becomes an object to be exploited. In the belief that true happiness can be attained through sensual gratification, we have developed extremely narrow ways: competition and consumption have become the very rules of life. The dominant energies of our society have become "consumers," developing a life-style of competition for consumption. But competition leads us into a permanent "cold war" with our fellow humans and a life of consumption puts us in conflict with the environment. Lacking inner peace, we try to find it outside ourselves in pleasures. Lacking inner peace,

soon as it was founded, the  
began. Although the Cold War  
er, racial and religious conflicts  
ed up in many areas of the  
nd environmental degeneration  
major threat to human survival.  
he resolution of some of the  
nlicts, genuine world peace and  
e still far from being realized.  
an beings seem to be more  
o conflict and violence than to  
break peace is evidently easier  
ep it. Conflict and war appear to  
orm and peace simply a  
respite. However, this is not the  
state of affairs. Conflict arises in  
and it is there that it can be

In reality, we are our minds. When  
we allow our desire for material gains to  
grow unchecked, our fellow beings  
become adversaries and nature becomes  
an object to be exploited. In the wake of  
the belief that true happiness can only  
be attained through sensual gratification,  
we have developed extremely materialistic  
ways: competition and consumption have  
become the very rules of life and the  
dominant energies of our societies. We  
have become "consumers," devoted to a  
life-style of competition for consumption.  
But competition leads us into a state of  
permanent "cold war" with our neighbours,  
and a life of consumption puts us at odds  
with the environment. Lacking happiness  
within, we try to find it outside in sense  
pleasures. Lacking inner peace and



security, we try to establish them through controlling and dominating others. Ethnic biases and sectarianism only intensify the conflict.

But human beings can be-and need to be-trained through education. It is this potential for development and creativity that is the real gift of being human. However, when education is out of balance, it only promotes our abilities to acquire material possessions and gratify the senses: ignoring our true potential, it fails to develop our ability to be happy. Despite an increasing supply of pleasure-objects, happiness is on the wane.

The search for external happiness is contentious. It not only brings us into conflict with our neighbours but also wreaks havoc on the environment. Our efforts

to obtain the external happiness already begun to reduce the over of our lives. Moreover, since such is based solely on gratification, it our dependence on external thereby depriving us of our freedom.

Conversely, a skilful and education will train people to develop only the skills to seek external make them happy but also the be happy within themselves. As it easier to be happy, so will their material wealth decrease, resulting in exploitative attitudes. People happy within themselves tend others happy. Because their material are no longer the sole source of happiness, they are able to share gains with others. What was



try to establish them through  
and dominating others. Ethnic  
sectarianism only intensify the

human beings can be-and need  
ed through education. It is this  
or development and creativity  
a real gift of being human.  
when education is out of  
only promotes our abilities to  
material possessions and gratify  
: ignoring our true potential,  
develop our ability to be happy.  
increasing supply of pleasure-  
happiness is on the wane.

search for external happiness is  
It not only brings us into  
th our neighbours but also  
ic on the environment. Our efforts

to obtain the external happiness have  
already begun to reduce the overall quality  
of our lives. Moreover, since such happiness  
is based solely on gratification, it increases  
our dependence on external pleasures,  
thereby depriving us of our freedom.

Conversely, a skilful and balanced  
education will train people to develop not  
only the skills to seek external objects to  
make them happy but also the ability to  
be happy within themselves. As they find  
it easier to be happy, so will their need for  
material wealth decrease, resulting in less  
exploitative attitudes. People who are  
happy within themselves tend to make  
others happy. Because their material gains  
are no longer the sole source of their  
happiness, they are able to share their  
gains with others. What was initially

contentious happiness becomes a sharing and harmonious kind of happiness.

Our current moral education, perceiving the problems and conflicts caused by the unbridled struggle for happiness, teaches restraint based on awareness of human rights. We therefore live in societies where peace is enforced through restraint. But any ethic based on fear and obligation is negative and unreliable-its prohibitive nature is inadequate. A genuine ethic, in contrast, is based on harmony and happiness. For those who experience inner peace and independent happiness, wealth and power lose their mere pleasure-giving or prestige value and become instead means to bring about well-being and happiness to fellow beings. Our time calls for such a positive ethic.

Much of our education encourage a sense of taking and children learn to see material objects to be attained. To counter this trend, education, both at home and school, should instill an appreciation of giving. The practice of giving teaches a happiness through giving that generates loving-kindness. Love is the desire for others to be happy. We learn to look at others as fellow beings subject to the same joys and sorrows and the same laws of nature as ourselves. As giving satisfies our desire for the happiness of others, both parties benefit and become happy. In this way, giving, which otherwise might be considered a loss, becomes a gain, a source of happiness. Only through such a transformation

s happiness becomes a sharing  
 onious kind of happiness.  
 current moral education, perceiving  
 ms and conflicts caused by the  
 struggle for happiness, teaches  
 based on awareness of human  
 therefore live in societies where  
 enforced through restraint. But  
 based on fear and obligation is  
 and unreliable-its prohibitive  
 inadequate. A genuine ethic, in  
 is based on harmony and  
 For those who experience inner  
 l independent happiness, wealth  
 lose their mere pleasure-giving  
 e value and become instead  
 bring about well-being and  
 to fellow beings. Our time calls  
 positive ethic.

Much of our education tends to  
 encourage a sense of taking and getting :  
 children learn to see material things as  
 objects to be attained. To counterbalance  
 this trend, education, both at home and in  
 school, should instil an appreciation of  
 giving. The practice of giving tangibly  
 teaches a happiness through giving and  
 generates loving-kindness. Love means  
 the desire for others to be happy. We  
 learn to look at others as fellow beings,  
 subject to the same joys and sorrows  
 and the same laws of nature as we are.  
 As giving satisfies our desire for the  
 happiness of others, both parties will  
 benefit and become happy. In this way,  
 giving, which otherwise might be seen as  
 a loss, becomes a gain, a cause for  
 happiness. Only through such a harmonious

happiness will our demands for other, more exploitative forms of happiness be mitigated, resulting in a reduction in social tensions.

There is a great difference between positive and negative ethics. Under a positive ethical system based on harmony and happiness, human ways of thinking will be changed. When we think of acquiring, all our interest is focused on the objects of our aspiration and other people are seen as obstacles or means—as competitors or prey. But when we think of giving, our interest is focused on other people and we see them with understanding and compassion. Concepts central to the human condition such as equality and happiness are seen in a new light. In the competitive system which

is based on acquiring, people see life in terms of self-protection and demand equal rights and opportunity to pursue personal interests. In a democratic system, equality gives maximum opportunity to each person in realizing social unity and well-being as contentious happiness is replaced by harmonious happiness, so that equality changes to harmonious equality.

On a higher level, human beings can be trained to generate happiness independent of external pleasures. The tacit assumption of improperly educated people that they can only be happy when they have wealth causes them to direct their efforts outwards. This pursuit inevitably causes some stress and suffering. By di-

will our demands for other, exploitative forms of happiness be resulting in a reduction in social

There is a great difference between positive and negative ethics. Under a political system based on harmony and peace, human ways of thinking are changed. When we think of ourselves, all our interest is focused on the fulfilment of our aspiration and other people are seen as obstacles or means-ends, competitors or prey. But when we think of others, our interest is focused on the welfare of people and we see them with sympathy and compassion. Concepts of the human condition such as justice and happiness are seen in a different light. In the competitive system which

is based on acquiring, people see equality in terms of self-protection and they demand equal rights and opportunity to pursue personal interests. In a righteous democratic system, equality gives us the maximum opportunity to cooperate in realizing social unity and well-being. Just as contentious happiness turns into harmonious happiness, so contentious equality changes to harmonious equality.

On a higher level, human beings can be trained to generate an inner happiness independent of external material pleasures. The tacit assumption of improperly educated people that they can only be happy when they have material wealth causes them to direct their efforts outwards. This pursuit inevitably entails some stress and suffering. By directing our

efforts more inward through practices such as skilful reflection and meditation, it is possible to find a subtler and more independent kind of happiness, born from calmness and understanding, which allows us to rise above exploitative actions.

Ultimately, human development leads to the full realization of truth and complete understanding of the interdependence of all things : our lives, society and physical environment. When the flow of our understanding is in harmony with the flow of reality, there is freedom. The characteristics of impermanence, conflict and conditionality-all common signs of this world-will no longer lead to stress, tension and suffering. The true nature of all things is realized and, by recognizing the interrelatedness of the individual,

society and the ecosystem, we find their interests.

While we are struggling for happiness, we fail to care and take time for others. Suddenly happiness becomes something lacking in our immediate present, something that's always waiting to be realized in the future. In the family, in school, in the work place-throughout society-a sense of hunger prevails. Unhappy people are everywhere. The unhappiness is everywhere. The unhappiness of the human mind can be seen clearly in the general state of our societies.

Peace, quite literally, belongs at home. We need to bring happiness back into the family, bring care and mutual happiness into the schoolroom, by teaching



e inward through practices such  
 reflection and meditation, it is  
 o find a subtler and more  
 nt kind of happiness, born  
 ess and understanding, which  
 o rise above exploitative actions.  
 ately, human development leads  
 realization of truth and complete  
 ing of the interdependence of  
 our lives, society and physical  
 nt. When the flow of our  
 ling is in harmony with the  
 eality, there is freedom. The  
 ics of impermanence, conflict  
 onality-all common signs of this  
 o longer lead to stress, tension  
 ring. The true nature of all  
 realized and, by recognizing  
 elatedness of the individual,

society and the ecosystem, we harmonize  
 their interests.

While we are struggling for happiness,  
 we fail to care and take time for others.  
 Suddenly happiness becomes something  
 lacking in our immediate present, some-  
 thing thats always waiting to be found in  
 the future. In the family, in schools, at the  
 work place-throughout society-a feeling of  
 hunger prevails. Unhappy people spread  
 unhappiness everywhere. The unhappiness  
 of the human mind can be seen all too  
 clearly in the general state of our  
 societies.

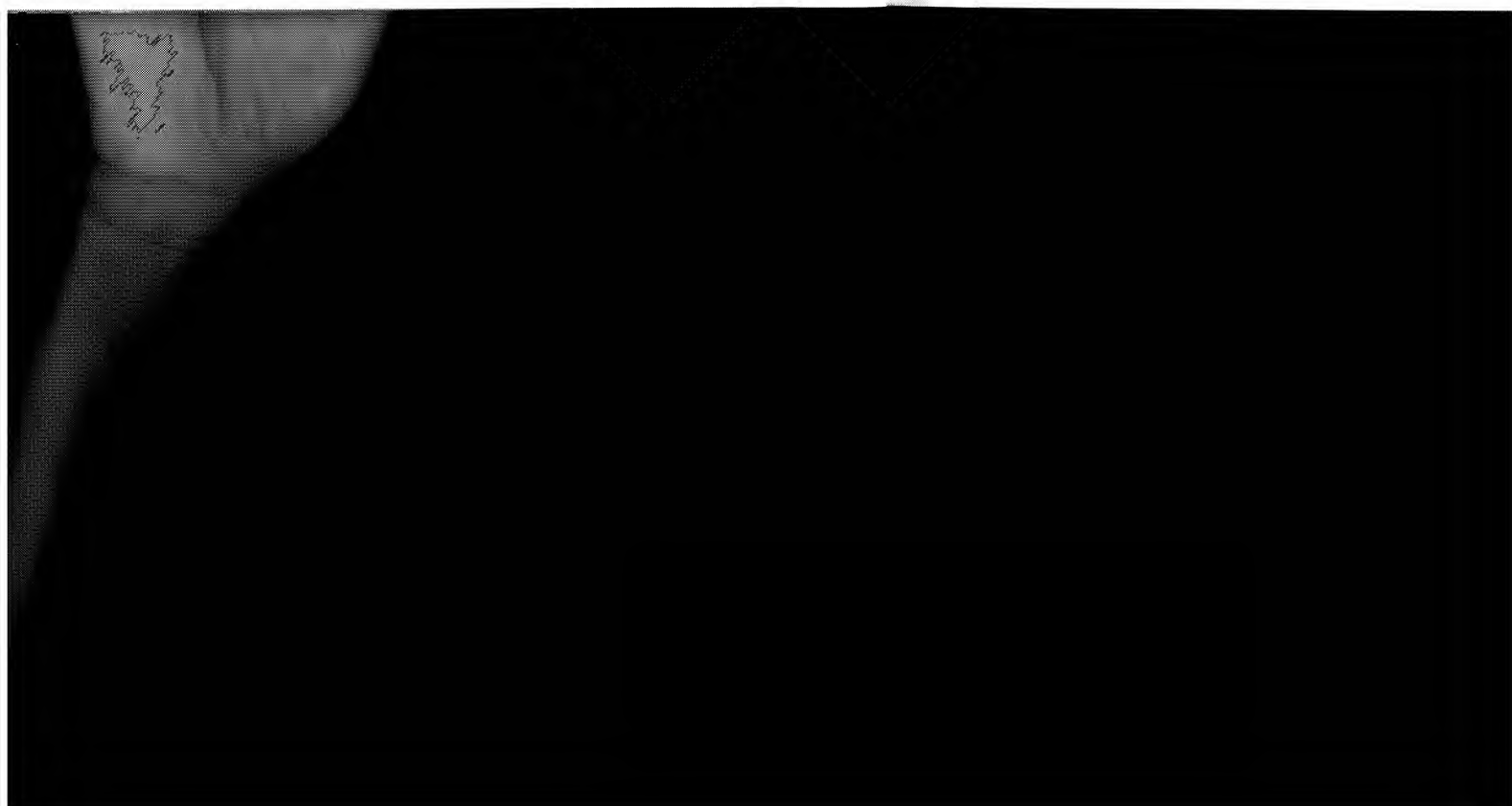
Peace, quite literally, begins at  
 home. We need to bring love and  
 happiness back into the family, and  
 bring care and mutual happiness back  
 into the schoolroom, by teaching the

harmonious happiness that all can share. Happy people will spread their happiness and so help to allay contention and conflict.

We should ask ourselves less what we could be getting and instead ask more what we could be doing for others. In the same way, we should become aware of what nature has given to us rather than relentlessly asking for more and more of its resources. We need to learn appreciation of how nature and those around us contribute to our well-being. By developing these appreciative ways of thinking we will see care and mutual happiness giving rise to peace in our minds and in society. Such care and happiness coincide with a deeper understanding of the kinship of all beings

before the law of nature. Thus, ultimately realized through compromise and wisdom.

In any human relationship we make compromises with one another and even go beyond compromises to truth through love and friendship. Truth cannot be compromised. We can find truth only through knowledge and understanding. Therefore, in dealing with truth, compromise and freedom of thought should be encouraged. A culture should be developed in which loving-kindness, cooperation and the search for truth are the standards for our relationship, while freedom and uncompromising search for knowledge are the standards for our relationship with truth.



is happiness that all can share. People will spread their happiness and help to allay contention and

should ask ourselves less what we are getting and instead ask what we could be doing for others. In the same way, we should become aware of what nature has given to us and stop relentlessly asking for more of its resources. We need to have appreciation of how nature and those who live in it contribute to our well-being. Adopting these appreciative ways of thinking, we will see care and mutual respect giving rise to peace in our homes and in society. Such care and respect coincide with a deeper understanding of the kinship of all beings

before the law of nature. Thus, peace is ultimately realized through compassionate wisdom.

In any human relationship, we can make compromises with one another, and even go beyond compromises to harmony through love and friendship. But truth cannot be compromised. We can relate to truth only through knowledge and wisdom. Therefore, in dealing with truth, discussion and freedom of thought should be encouraged. A culture should be developed in which loving-kindness and cooperation are the standards for human relationship, while freedom and an uncompromising search for knowledge are the standards for our relationship with truth.

The human relationship with nature has in recent times largely been defined by a science which, under the influence of Western religion and philosophy, views man as separate from nature. The aim of such a science has long been to conquer and dominate nature and to manipulate it to our profit-oriented ends. Such an essentially hostile attitude, translated into actual exploitative practices through technology, has led to the serious environmental consequences we are facing today. Science must now take a turn for the better and lead civilization in a new direction. Knowledge must be sought not for its exploitative value but for its ability to show us how to benefit from nature without damaging it. Technology must be given a more clearly defined role, in which the

harmonious and sustainable coexistence of people, society and the environment is the goal.

All such changes must be achieved by the mind. They can only be achieved by a mind that enjoys inner peace, freedom and happiness. If we are to establish a sustainable planet, we must develop inner peace by freeing ourselves from craving for power and all contentious values. This entails the development of the human mind which brings us back to the roots of education.

In initiating the Prize for Education, UNESCO has taken a commendable effort. I understand the prize is not merely in recognition of what certain individuals or org

human relationship with nature  
 ent times largely been defined  
 ce which, under the influence of  
 eligion and philosophy, views  
 eparate from nature. The aim of  
 ence has long been to conquer  
 ate nature and to manipulate it  
 rofit-oriented ends. Such an  
 hostile attitude, translated into  
 xploitative practices through  
 y, has led to the serious  
 ntal consequences we are facing  
 ence must now take a turn for  
 and lead civilization in a new  
 Knowledge must be sought not  
 loitative value but for its ability to  
 ow to benefit from nature without  
 it. Technology must be given a  
 arly defined role, in which the

harmonious and sustainable coexistence of  
 people, society and the environment are  
 the goal.

All such changes must begin in the  
 mind. They can only be achieved by the  
 mind that enjoys inner peace, freedom and  
 happiness. If we are to establish peace on  
 this planet, we must develop inner peace  
 by freeing ourselves from craving, lust for  
 power and all contentious views. This  
 entails the development of the individual-  
 which brings us back to the task of  
 education.

In initiating the Prize for Peace  
 Education, UNESCO has taken a step  
 forward in the cause of peace. It is a  
 commendable effort. I understand that  
 the prize is not merely in recognition of  
 what certain individuals or organizations

have done to bring forth peace. Let us be honest-such peace has not yet been achieved in our world. I see it rather as an incentive and encouragement for a concerted effort to achieve genuine peace. It is a call for further action towards winning the real prize : a truly peaceful world for mankind. The prize here awarded will really be won only when that goal has been realized.

## นำเรื่อง

อาตมาคณะพระสงฆ์ที่ได้จรมา  
พระอัครคันตุกะ ทั้ง ๓ รูป ขออนุโมทนา  
ทุกท่านที่มาประชุมกันในวันนี้ เพื่อร่วมกั  
ภัตตาหาร ในโอกาสที่คุณหมอฟ่อบ้าน  
พร้อมทั้งลูกชายลูกสาว ได้เป็นเจ้าภาพผู้  
เป็นการทำบุญบ้านไปในตัว นอกจากถ  
ก็ได้ถวายอุปถัมภ์เสนาสนะที่พักแรมค้างคืน  
เป็นการอุปถัมภ์ด้วยปัจจัยสี่ ทางฝ่ายโ  
ทั้งหลาย ก็มีน้ำใจเกื้อกูล โดยเฉพาะ  
พระพุทธศาสนา เมื่อทราบข่าวว่ามีพระ  
มาถึง ก็มีน้ำใจประกอบด้วยไมตรีธรรม  
อุปถัมภ์ถวายกำลัง

\* ธรรมกถา ที่บ้านของ น.พ. สมชาย กุลวัฒน์พร  
River, New Jersey, USA. วันที่ ๘ พฤษภาคม

to bring forth peace. Let us be  
 peace has not yet been  
 our world. I see it rather as an  
 and encouragement for a  
 effort to achieve genuine peace.  
 all for further action towards  
 a real prize : a truly peaceful  
 mankind. The prize here awarded  
 is won only when that goal has  
 been achieved.

## นำเรื่อง

อาตมาคณะพระสงฆ์ที่ได้จรรยา เรียกว่าเป็น  
 พระอาคันตุกะ ทั้ง ๓ รูป ขออนุโมทนาโยมญาติมิตร  
 ทุกท่านที่มาประชุมกันในวันนี้ เพื่อร่วมกันทำบุญถวาย  
 ภัตตาหาร ในโอกาสที่คุณหมอฟ่อบ้าน และแม่บ้าน  
 พร้อมทั้งลูกชายลูกสาว ได้เป็นเจ้าภาพผู้นิมนต์ ถือว่า  
 เป็นการทำบุญบ้านไปในตัว นอกจากถวายภัตตาหาร  
 ก็ได้ถวายอุปถัมภ์เสนาสนะที่พักแรมค้างคืนด้วย เรียกว่า  
 เป็นการอุปถัมภ์ด้วยปัจจัยสี่ ทางฝ่ายโยมญาติมิตร  
 ทั้งหลาย ก็มีน้ำใจเกื้อกูล โดยเฉพาะก็มีศรัทธาใน  
 พระพุทธศาสนา เมื่อทราบข่าวว่ามีพระสงฆ์เดินทาง  
 มาถึง ก็มีน้ำใจประกอบด้วยไมตรีธรรม พากันมา  
 อุปถัมภ์ถวายกำลัง

---

\* ธรรมกถา ที่บ้านของ น.พ. สมชาย กุลวัฒน์พร ณ Saddle  
 River, New Jersey, USA. วันที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๓๗



## ทำบุญเพื่ออะไร?

ในการถวายกำลังแก่พระสงฆ์ที่เรียกว่าทำบุญนี้ ใจของเรามุ่งไปที่พระศาสนา คือจุดรวมใจหรือเป้าหมายของเราอยู่ที่พระศาสนา หมายความว่า เราถวายทานแก่พระสงฆ์ก็เพื่อให้ท่านมีกำลัง แล้วท่านจะได้ไปทำงานพระศาสนาต่อไป

งานพระศาสนา เราเรียกกันว่าศาสนกิจ แปลง่าย ๆ ก็คือกิจพระศาสนา งานพระศาสนาหรือศาสนกิจนั้น โดยทั่วไปมี ๓ ประการ คือ

๑. การเล่าเรียนคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า
๒. การปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า คือ เอาคำสอนนั้นมาใช้ มาลงมือทำให้เกิดผลจริง
๓. การนำคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าไปเผยแผ่สั่งสอน คือ เมื่อตนเองเรียนรู้และปฏิบัติได้แล้ว ก็เอาไปแจกจ่ายให้ประชาชนได้รู้และปฏิบัติตาม

งานพระศาสนา หรือศาสนกิจทั้งหมดนี้ ก็เพื่อประโยชน์สุขแก่ประชาชน พุทธตามสำนวนของพระว่า

เพื่อประโยชน์เกื้อกูลและความสุขแก่ชนอนุเคราะห์ชาวโลก อันนี้เป็นหลักการของพระพุทธศาสนา

อย่างไรก็ตาม การที่พระสงฆ์จะเหล่านี้ได้ดั้น ท่านควรจะต้องห้ของวัตถุ หรือเรื่องของปัจจัยสี่ และสิ่งเหล่านั้นให้น้อยด้วย เพื่อทำตัวให้โยญาติโยมดูแลอยู่ และเมื่อพระสงฆ์ก็วัตถุแต่ตั้งใจทำหน้าที่อยู่อย่างนี้ ก็จะทำดำรงอยู่ เพื่อประโยชน์สุขแก่ประชาชน

มองในด้านการอุปถัมภ์บำรุง ถัมภ์บำรุงพระสงฆ์พอดิ ก็ทำให้พระสงฆ์ที่ว่ามาเมื่อก็ คือ เล่าเรียน ปฏิบัติสั่งสอนได้เต็มที่ เมื่อพระสงฆ์ทำหน้าที่พระศาสนาดำรงอยู่ ก็ทำให้เกิดประชาชน ฉะนั้น ญาติโยมที่อุปถัมภ์ก็คือได้ทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา จึงถือเป็นการสืบต่ออายุพระพุทธศาสนาด้วย

อะไร?

ถวายกำลังแก่พระสงฆ์ที่เรียกว่าทำบุญนี้  
ที่พระศาสนา คือ จตุรรวมใจหรือเป้าหมาย  
พระศาสนา หมายความว่า เราถวายทาน  
ให้ท่านมีกำลัง แล้วท่านจะได้ไปทำงาน  
ไป

พระศาสนา เราเรียกกันว่าศาสนกิจ แปล  
พระศาสนา งานพระศาสนาหรือศาสนกิจ  
มี ๓ ประการ คือ

๑. เรียนคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า  
๒. ปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า  
๓. เอาคำสั่งสอนนั้นมาใช้ มาลงมือทำให้  
ได้ผลจริง

การนำคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าไปเผยแพร่  
สั่งสอน คือ เมื่อตนเองเรียนรู้และปฏิบัติ  
ได้แล้ว ก็เอาไปแจกจ่ายให้ประชาชนได้รู้  
และปฏิบัติตาม

พระศาสนา หรือศาสนกิจทั้งหมดนี้ ก็เพื่อ  
แก่ประชาชน พุทธตามสำนวนของพระว่า

เพื่อประโยชน์เกื้อกูลและความสุขแก่ชนจำนวนมาก เพื่อ  
อนุเคราะห์ชาวโลก อันนี้เป็นหลักการและวัตถุประสงค์  
ของพระพุทธศาสนา

อย่างไรก็ตาม การที่พระสงฆ์จะทำกิจสามอย่าง  
เหล่านี้ได้ดีนั้น ท่านควรจะต้องห่วงกังวลในเรื่อง  
ของวัตถุ หรือเรื่องของปัจจัยสี่ และควรจะต้องการ  
สิ่งเหล่านั้นให้น้อยด้วย เพื่อทำตัวให้โยมเลี้ยงง่าย เมื่อ  
ญาติโยมดูแลอยู่ และเมื่อพระสงฆ์ก็ไม่มัววุ่นวายกับ  
วัตถุแต่ตั้งใจทำหน้าที่อยู่อย่างนี้ ก็จะทำให้พระศาสนา  
ดำรงอยู่ เพื่อประโยชน์สุขแก่ประชาชนต่อไป

มองในด้านการอุปถัมภ์บำรุง เมื่อญาติโยมอุป  
ถัมภ์บำรุงพระสงฆ์พอดี ก็ทำให้พระสงฆ์สามารถทำ  
กิจที่ว่ามาเมื่อกี้ คือ เล่าเรียน ปฏิบัติ และเผยแพร่  
สั่งสอนได้เต็มที่ เมื่อพระสงฆ์ทำหน้าที่ของตนดีแล้ว  
พระศาสนาดำรงอยู่ ก็ทำให้เกิดประโยชน์สุขแก่  
ประชาชน ฉะนั้น ญาติโยมที่อุปถัมภ์บำรุงพระสงฆ์  
ก็คือได้ทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา จึงถือว่ามีส่วนร่วม  
ในการสืบต่ออายุพระพุทธศาสนาด้วย

ทีนี้ก็ถามให้ถึงวัตถุประสงค์สุดท้ายว่า เราทำบุญอุปถัมภ์พระสงฆ์ บำรุงพระศาสนาเพื่ออะไร ก็ตอบอย่างที่เขาถามแล้วว่า พระศาสนาก็จะดำรงอยู่และเจริญมั่นคง เพื่อประโยชน์สุขแก่ประชาชน มนุษย์จะได้มีชีวิตที่ดีงาม สังคมจะได้อยู่ร่มเย็นเป็นสุข จุดหมายขั้นสุดท้ายของเราอยู่ที่นี้

ฉะนั้น ในเวลาที่ทำบุญนี้ ใจอย่าติดอยู่แค่พระใจเราจะต้องมองยาวต่อออกไปถึงพระศาสนา เมื่อทำบุญก็มุ่งหมายใจและอิมใจว่า โอ! พระศาสนาของเราจะได้ดำรงอยู่ยั่งยืนมั่นคงต่อไป ประโยชน์สุขจะได้เกิดแก่มนุษยชาติ เวลาทำบุญเราต้องทำใจนึกอย่างนี้อยู่เสมอ เมื่อทำอย่างนี้ กิจกรรมทุกครั้งของญาติโยมก็จะพุ่งไปรวมกันที่ศูนย์เดียวกัน คือพระศาสนาและประโยชน์สุขของประชาชน ถ้าทำอย่างนี้ ใจของแต่ละท่านก็จะขยายกว้างออกไป อันนี้แหละเป็นสิ่งที่ทำให้ใจเราเกิดปีติว่า เออ! ครั้งนี้ เราก็ได้มีส่วนร่วมอีกแล้วนะ ในการทำนุบำรุงพระศาสนาและสร้างเสริมประโยชน์สุขแก่มวลมนุษย แล้วเราก็เกิดความอิมใจ

สำหรับวันนี้ญาติโยมทั้งหลายก็ได้ตามหลักการที่กล่าวมาแล้ว อย่างน้อยก็ได้ต่อพระสงฆ์ที่จรมมา เวลาเห็นพระสงฆ์ไปที่ก็มีใจยินดี เรียกว่าเป็นการเห็นสมณะ ก็กล่าวว่า การเห็นสมณะนั้น เป็นมงคล

ที่ว่าเป็นมงคล ก็เพราะว่า สมณะที่ประพฤติปฏิบัติถูกต้อง เป็นผู้ที่ไม่มียกยแต่ใคร และเป็นผู้ทำงานหรือทำกล่าวมา ญาติโยมชาวไทยเรา นี้ ได้มีประโยชน์อย่างนี้มาตลอด เวลาเห็นพระเราก็สบายยินดี แล้วก็แสดงน้ำใจ เพราะฉะนั้นพระก็ปรากฏว่าได้เห็นน้ำใจของโยมญาติมิตรกันทั่ว เช่นอย่างที่นี่ โยมญาติมิตรก็อยู่หลายที่ คุณหมอแจ้งข่าวไป พอรู้ข่าวก็มาเป็นประจักษ์พยานของความมีน้ำใจ มีศรัทธาธรรม อาตมาก็ขออนุโมทนาด้วย

มาให้ถึงวัตถุประสงค์สุดท้ายว่า เราทำ  
สงฆ์ บำรุงพระศาสนาเพื่ออะไร ก็ตอบ  
ล่าวว่า พระศาสนาก็จะดำรงอยู่และ  
เพื่อประโยชน์สุขแก่ประชาชน มนุษย์จะ  
! สังคมจะได้อยู่ร่มเย็นเป็นสุข จุดหมาย  
เราอยู่ที่นี้

ในเวลาที่ทำบุญนี้ ใจอย่าติดอยู่แค่พระ  
องค์ยาวต่อออกไปถึงพระศาสนา เมื่อทำ  
ใจและอิมใจว่า โอ! พระศาสนาของเรา  
ยังยืนมั่นคงต่อไป ประโยชน์สุขจะได้เกิด  
เวลาทำบุญเราต้องทำใจนี้กันอย่างนี้อยู่  
ทำอย่างนี้ กิจกรรมทุกครั้งของโยมญาติโยมก็  
อันที่ศูนย์เดียวกัน คือพระศาสนาและ  
ของประชาชน ถ้าทำอย่างนี้ ใจของแต่ละ  
คนกว้างออกไป อันนี้แหละเป็นสิ่งที่ทำให้ใจ  
เออ! ครั้งนี้ เราก็ได้มีส่วนร่วมอีกแล้วนะ  
บำรุงพระศาสนาและสร้างเสริมประโยชน์สุข  
ย์ แล้วเราก็เกิดความอิมใจ

สำหรับวันนี้ญาติโยมทั้งหลายก็ได้อุปถัมภ์บำรุง  
ตามหลักการที่กล่าวมาแล้ว อย่างน้อยก็ได้มีน้ำใจเกื้อกูล  
ต่อพระสงฆ์ที่จรมมา เวลาเห็นพระสงฆ์ไปไหน ญาติโยม  
ก็มีใจยินดี เรียกว่าเป็นการเห็นสมณะ ในมงคลสูตร  
ก็กล่าวว่า การเห็นสมณะนั้น เป็นมงคลอันอุดม

ที่ว่าเป็นมงคล ก็เพราะว่า สมณะนั้นเป็นผู้สงบ  
สมณะที่ประพฤติปฏิบัติถูกต้อง เป็นผู้ที่สูงส่ง ไม่มีเวร  
ไม่มีภัยแก่ใคร และเป็นผู้ทำงานหรือทำหน้าที่อย่าง  
ที่กล่าวมา ญาติโยมชาวไทยเรา นี้ ได้มีประเพณีวัฒนธรรม  
อย่างนี้มาตลอด เวลาเห็นพระเราก็สบายใจ มีจิตใจ  
ยินดี แล้วก็แสดงน้ำใจ เพราะฉะนั้นพระสงฆ์ไปไหน  
ก็ปรากฏว่าได้เห็นน้ำใจของโยมญาติมิตรนี้เป็นอย่างนี้  
กันทั่ว เช่นอย่างที่นี่ โยมญาติมิตรก็อยู่กันหลายแห่ง  
หลายที่ คุณหมอแจ้งข่าวไป พอรู้ข่าวก็มากัน อันนี้ก็  
เป็นประจักษ์พยานของความมีน้ำใจ มีศรัทธา และมี  
เมตตาธรรม อาตมาก็ขออนุโมทนาด้วย

## ชีวิตที่สมบูรณ์

### อย่ามองข้ามความสำคัญของวัตถุ

การทำบุญวันนี้ เจ้าภาพถือว่าเป็นการทำบุญบ้าน ด้วย บ้านเป็นอย่างหนึ่งในสิ่งจำเป็นสำหรับชีวิตที่เรียกว่าปัจจัยสี่ กล่าวคือ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค

ปัจจัยสี่เป็นเรื่องที่มีความสำคัญมาก ในพระพุทธศาสนาท่านไม่มองข้ามความสำคัญข้อนี้ แม้แต่ในชีวิตของพระสงฆ์ วินัยของพระนี้ตั้งครี้งตั้งค่อนว่าด้วยเรื่องปัจจัยสี่ ในคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าท่านเริ่มต้นที่เดียวท่านว่า จะต้องจัดสรรเรื่องปัจจัยสี่ให้เรียบร้อย ไม่อย่างนั้นแล้วมันจะยุ่ง แต่ถ้าจัดได้ดีแล้ว มันจะเป็นฐาน ทำให้เราสามารถก้าวไปสู่ชีวิตที่ดีงาม มีการพัฒนาอย่างอื่นต่อไปได้ ขอให้มองดูวินัยของพระเป็นแบบอย่างในเรื่องนี้

อย่างไรก็ตาม ปัจจัยสี่ก็มีความขอบเขตหนึ่ง คือ พระพุทธศาสนาไม่ได้ท่านให้ถือเป็นฐานที่สำคัญ สำคัญแต่ความสำคัญนี้บางทีบางคนไปสับสนกับบางคนก็ไม่เห็นความสำคัญของวัตถุเอาเสีย ไม่ถูกต้อง ให้ระลึกถึงว่า คำสอนของพระจะครบทั้งหมดต้องเป็นพระธรรมวินัย คือ ด้วยธรรมและวินัย ครบทั้งสองอย่าง พุทธศาสนา

วินัยนั้น ก็ว่าด้วยเรื่องที่ว่ามานี้แต่จัดสรรในด้านวัตถุหรือรูปธรรม เรื่องระเบียบการ ทั้งของบุคคล ชุมชน และเกี่ยวกับเรื่องความเป็นอยู่ และสภาพแวดล้อมตั้งแต่เรื่องปัจจัยสี่เป็นต้นไป ฉะนั้นในกฎของชาวพุทธจึงต้องให้ความสำคัญกับเรื่องเราจะดำเนินการกับปัจจัยสี่ จัดสรรมันอย่างไรให้เป็นฐานที่มั่นคง เราจะได้ก้าวต่อไปได้ การพัฒนาไปสู่ด้านจิต และด้านปัญญา

# ชีวิตที่สมบูรณ์

## ความสำคัญของวัตถุ

บุญวันนี้ เจ้าภาพถือว่าเป็นการทำบุญบ้าน  
อย่างหนึ่งในสิ่งจำเป็นสำหรับชีวิตที่เรียก  
ว่าคือ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย

ี่เป็นเรื่องที่มีความสำคัญมาก ในพระ  
านไม่มองข้ามความสำคัญข้อนี้ แม้แต่  
ระสงฆ์ วินัยของพระนี้ตั้งครั้งตั้งก่อน  
จจัยสี่ ในคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านั้น  
วท่านจะต้องจัดสรรเรื่องปัจจัยสี่ให้  
อย่างนั้นแล้วมันจะยุ่ง แต่ถ้าจัดได้ดีแล้ว  
น ทำให้เราสามารถก้าวไปสู่ชีวิตที่ดีงาม  
อย่างอื่นต่อไปได้ ขอให้มองดูวินัยของพระ  
งในเรื่องนี้

อย่างไรก็ตาม ปัจจัยสี่ก็มีความสำคัญอยู่ใน  
ขอบเขตหนึ่ง คือ พระพุทธศาสนาไม่ได้ยึดแค่นั้น แต่  
ท่านให้ถือเป็นฐานที่สำคัญ สำคัญแต่ว่าไม่ใช่ทั้งหมด  
ความสำคัญนี้บางทีบางคนไปสับสนกับคำว่าทั้งหมด  
บางคนก็ไม่เห็นความสำคัญของวัตถุเอาเสียเลย อย่างนั้น  
ไม่ถูกต้อง ให้ระลึกถึงว่า คำสอนของพระพุทธศาสนา  
จะครบทั้งหมดต้องเป็นพระธรรมวินัย คือ *ต้องประกอบ  
ด้วยธรรมและวินัย ครบทั้งสองอย่างจึงจะเป็นพระ  
พุทธศาสนา*

วินัยนั้น ก็ว่าด้วยเรื่องที่ว่ามานี้แหละ คือ การ  
จัดสรรในด้านวัตถุหรือรูปธรรม เรื่องระเบียบชีวิต และ  
ระบบกิจการ ทั้งของบุคคล ชุมชน และสังคมทั้งหมด  
เกี่ยวกับเรื่องความเป็นอยู่ และสภาพแวดล้อม เริ่ม  
ตั้งแต่เรื่องปัจจัยสี่เป็นต้นไป ฉะนั้นในการดำเนินชีวิต  
ของชาวพุทธจึงต้องให้ความสำคัญกับเรื่องปัจจัยสี่ ว่า  
เราจะดำเนินการกับปัจจัยสี่ จัดสรรมันอย่างไร เพื่อ  
ทำให้เป็นฐานที่มั่นคง เราจะได้ก้าวต่อไปด้วยดี ดำเนิน  
การพัฒนาไปสู่ด้านจิต และด้านปัญญา

ในเรื่องปัจจัยสี่นี้ เมื่อเราจัดการได้ถูกต้องดีแล้ว เช่นอย่างเรื่องที่อยู่อาศัย เมื่อเรามีบ้านเรือนเป็นหลักเป็นแหล่งและจัดสรรได้ดี มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย น่าอยู่อาศัย ก็ทำให้เราดำเนินชีวิตได้สะดวก มีความสบาย มีความมั่นคงในชีวิต ต่อจากนั้นจะทำกิจการอะไรต่าง ๆ ก็ทำได้สะดวก ไม่ต้องมัวกังวลห่วงหน้าพะวงหลัง จึงเกื้อกูลแก่การทำอะไรต่ออะไรต่อไปที่เป็นสิ่งดีงามและเป็นประโยชน์กว้างขวางยิ่งขึ้น เราจึงอาศัยความเรียบร้อย ในเรื่องปัจจัยสี่นี้แหละเป็นฐานที่ดีที่จะก้าวไปสู่ชีวิตดีงามมีความสุข ที่เรียกว่า *ชีวิตที่สมบูรณ์*

### จุดเริ่มต้นคือ ประโยชน์สุขขั้นพื้นฐาน

ทุกคนอยากมีชีวิตที่สมบูรณ์ ชีวิตที่สมบูรณ์นั้นเป็นอย่างไร เราลองมาดูคำสอนของพระพุทธศาสนา ท่านสอนไว้แล้วว่า ชีวิตที่สมบูรณ์นั้นต้องประกอบด้วยประโยชน์สุขในระดับต่าง ๆ ประโยชน์สุขนี้แหละเป็นจุดมุ่งหมายของชีวิต หมายความว่า ชีวิตของเรามีจุดมุ่งหมาย หรือมีสิ่งที่เหมาะสมเป็นจุดมุ่งหมาย

ชีวิตเกิดมาทำไม? ตอบไม่ได้สัก เราตอบไม่ได้ว่าชีวิตของเรานี้เกิดมามีจุดมุ่งหมายหรือไม่ ใครตอบได้ เพราะว่าเวลาเราจะจุดมุ่งหมายไว้ เราก็เลยบอกไม่ได้ เมื่อเราไม่รู้ตัวด้วยซ้ำ เพราะฉะนั้นเราจึงไม่ได้ว่าจุดมุ่งหมายของชีวิตคืออะไร แต่พอสอนไว้ว่า มีสิ่งที่เหมาะสมเป็นจุดมุ่งหมายและจุดหมายนี้ก็จะเป็นเรื่องของประโยชน์และคนแบ่งไว้เป็น ๓ ระดับ

**ระดับที่ ๑** คือประโยชน์สุขที่ดี เป็นเรื่องวัตถุหรือด้านรูปธรรม ถ้าจะสรุปในระดับต้น ซึ่งเป็นสิ่งที่ตามองเห็น ก็

- ๑) มีสุขภาพดี มีร่างกายแข็งแรง ได้ป่วย เป็นอยู่สบาย ไข้
- ๒) มีทรัพย์สินเงินทอง มีการหลักฐาน หรือพึ่งตนเองได้ในเรื่องนี้ก็สำคัญ พระพุทธเจ้าสอนในเรื่องทรัพย์สินเงินทองว่าจะจัดอย่างไร และจะใช้จ่าย



ปัจจัยสี่นี้ เมื่อเราจัดการได้ถูกต้อง  
งานเรื่องที่อยู่อาศัย เมื่อเรามีบ้านเรือน  
ถาวรและจัดสรรได้ดี มีความเป็นระเบียบ  
อยู่อาศัย ก็ทำให้เราดำเนินชีวิตได้สะดวก  
มีความมั่นคงในชีวิต ต่อจากนั้นจะทำ  
ง ๆ ก็ทำได้สะดวก ไม่ต้องมัวกังวล  
หลัง จึงเกื้อกูลแก่การทำอะไรต่ออะไร  
ทำงานและเป็นประโยชน์กว้างขวางยิ่งขึ้น  
ความเรียบร้อย ในเรื่องปัจจัยสี่นี้แหละ  
จะก้าวไปสู่ชีวิตดีงามมีความสุข ที่เรียกว่า

## ๑) ประโยชน์สุขขั้นพื้นฐาน

หากมีชีวิตที่สมบูรณ์ ชีวิตที่สมบูรณ์นั้น  
เราลองมาดูคำสอนของพระพุทธศาสนา  
ว่า ชีวิตที่สมบูรณ์นั้นต้องประกอบด้วย  
ระดับต่าง ๆ ประโยชน์สุขนี้แหละเป็น  
ชีวิต หมายความว่า ชีวิตของเรามี  
หรือมีสิ่งที่เหมาะสมจุดมุ่งหมาย

ชีวิตเกิดมาทำไม? ตอบไม่ได้สักคน เราเกิดมา  
เราตอบไม่ได้ว่าชีวิตของเรามีจุดมุ่งหมายอย่างไร  
ไม่มีใครตอบได้ เพราะว่าเวลาเราจะเกิดเราไม่ได้ตั้ง  
จุดมุ่งหมายไว้ เราก็เลยบอกไม่ได้ เมื่อเราเกิดมานั้น  
เราไม่รู้ตัวด้วยซ้ำ เพราะฉะนั้นเราจึงไม่สามารถตอบ  
ได้ว่าจุดมุ่งหมายของชีวิตคืออะไร แต่พระพุทธศาสนา  
สอนไว้ว่า มีสิ่งที่เหมาะสมเป็นจุดมุ่งหมายแห่งชีวิตของเรา  
จุดหมายนี้ก็เป็นเรื่องของประโยชน์และความสุข ท่าน  
แบ่งไว้เป็น ๓ ระดับ

ระดับที่ ๑ คือประโยชน์สุขที่ตามองเห็น ซึ่ง  
เป็นเรื่องวัตถุหรือด้านรูปธรรม ถ้าจะสรุป ประโยชน์สุข  
ในระดับต้น ซึ่งเป็นสิ่งที่ตามองเห็น ก็จะมี

- ๑) มีสุขภาพดี มีร่างกายแข็งแรง ไม่เจ็บไข้  
ได้ป่วย เป็นอยู่สบาย ใช้การได้ดี
- ๒) มีทรัพย์สินเงินทอง มีการทำงานอาชีพเป็น  
หลักฐาน หรือพึ่งตนเองได้ในทางเศรษฐกิจ  
เรื่องนี้ก็สำคัญ พระพุทธเจ้าสอนไว้มากมาย  
ในเรื่องทรัพย์สินเงินทองว่าจะหาอย่างไร  
จะจัดอย่างไร และจะใช้จ่ายอย่างไร

๓) มีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนมนุษย์ หรือมีสถานะในสังคม เช่น ยศศักดิ์ ตำแหน่งฐานะ ความมีเกียรติ มีชื่อเสียง การได้รับยกย่อง หรือเป็นที่ยอมรับในสังคม รวมทั้งความมีมิตรสหายบริวาร

๔) สุดท้ายที่สำคัญสำหรับชีวิตคลุหส์ก็คือ มีครอบครัวที่ดีมีความสุข

ทั้งหมดนี้ เป็นประโยชน์สุขระดับต้น ซึ่งตามองเห็นท่านบัญญัติศัพท์ไว้เฉพาะ เรียกว่า **ทิฏฐธรรมิกัตถะ** แปลว่าประโยชน์ปัจจุบัน หรือประโยชน์ที่ตามองเห็น เป็นประโยชน์ที่มองเห็นเฉพาะหน้า และเป็นฐานที่มั่นคงระดับแรก ทุกคนควรทำให้เกิดขึ้น ถ้าใครขาดประโยชน์ระดับนี้แล้วจะมีชีวิตที่ลำบาก มีชีวิตอยู่ในโลกได้ยาก และจะก้าวไปสู่ความสุขหรือประโยชน์ในระดับสูงขึ้นไปก็ติดขัดมาก

ฉะนั้น ถ้าเราอยู่ในโลก ก็ต้องพยายามสร้างประโยชน์สุขในระดับต้นนี้ให้ได้ พอมีแล้วก็สบาย และสิ่งเหล่านี้ก็เนื่องกัน พอเรามีสุขภาพดี เราก็หาเงินหาทองได้สะดวกขึ้น ถ้ามาวุ่นวายกับเรื่องเจ็บไข้ได้ป่วย

เราก็ไม่มีเวลาที่จะทำมาหาเลี้ยงชีพ แล้วย บางทีทรัพย์ที่หามาได้ก็หมดไปก็ นี่พอเรามีร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี เราหาเงินทองได้ แต่ไม่ใช่พอแค่นั้นนะ เพียอย่างเดียวไม่พอ แต่อย่างน้อยมันก็เป็น

ทีนี้ เมื่อมีทรัพย์สินเงินทองแล้ว ก็มักพ่วงมาด้วย เพราะตามค่านิยมในสังคม ใครมีทรัพย์สินเงินทองก็มักเป็นที่ยกย่องกลายเป็นคนมีสถานะ ได้รับการยกย่อง มีก็มีหน้ามีตา เรื่องนี้ก็ขึ้นต่อค่านิยมของสังคม เมื่อมีการยอมรับ มีฐานะ มียศ มีตำแหน่ง อาจจะมีอำนาจ หรือมีโอกาส ทำให้มีทรัพย์เงินทองมากขึ้นด้วย จึงเนื่องอาศัยซึ่งกัน

ถ้ามีทรัพย์สินเงินทอง และมียศ รั ก็มักทำให้มีมิตรมีบริวารเข้ามาด้วย เพิ่มเครื่องประกอบ ช่วยให้ทำอะไรๆ ได้สะดวกยิ่งขึ้น

ต่อจากนั้น แขนข้างในก็คือครอบครัวที่ดี เป็นครอบครัวที่มั่นคง มีค

ความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนมนุษย์ หรือมี  
ฐานะในสังคม เช่น ยศศักดิ์ ตำแหน่ง  
ฐานะ ความมีเกียรติ มีชื่อเสียง การได้รับ  
ยกย่อง หรือเป็นที่ยอมรับในสังคม รวมทั้ง  
ไม่มีมิตรสหายบริวาร

ท้ายที่สำคัญสำหรับชีวิตคลุหส์ก็คือ มี  
ครอบครัวที่ดีมีความสุข

นี่ เป็นประโยชน์สุขระดับต้น ซึ่งดา  
ญญติศัพทไวยาเฉพาะ เรียกว่า**ทิฏฐธัมมิ**  
ประโยชน์ปัจจุบัน หรือประโยชน์ที่  
เห็นประโยชน์ที่มองเห็นเฉพาะหน้า และ  
ระดับแรก ทุกคนควรทำให้เกิดขึ้น ถ้า  
มีระดับนี้แล้วจะมีชีวิตที่ลำบาก มีชีวิต  
และจะก้าวไปสู่ความสุขหรือประโยชน์  
ปกติดีชัดมาก

ถ้าเราอยู่ในโลก ก็ต้องพยายามสร้าง  
ระดับต้นนี้ให้ได้ พอมีแล้วก็สบาย และ  
กัน พอเรามีสุขภาพดี เราก็หาเงินหาทอง  
ถ้ามามีวุ่นวายกับเรื่องเจ็บไข้ได้ป่วย

เราก็ไม่มีเวลาที่จะทำมาหาเลี้ยงชีพ แล้วก็สิ้นเปลือง  
ด้วย บางทีทรัพย์สินที่หามาได้ก็หมดไปกับเรื่องเจ็บป่วย  
ที่นี้พอเรามีร่างกายแข็งแรงสุขภาพดี เราก็ทำงานการ  
หาเงินทองได้ แต่ไม่ใช่พอแค่นั้นนะ เพียงแค่ร่างกายดี  
อย่างเดียวไม่พอ แต่อย่างน้อยมันก็เป็นฐานไวก่อน

ที่นี้ เมื่อมีทรัพย์สินเงินทองแล้ว ฐานะในสังคม  
ก็มักพ่วงมาด้วย เพราะตามค่านิยมในสังคมโดยทั่วไปนี้  
พอใครมีทรัพย์สินเงินทองก็มักเป็นที่ยอมรับในสังคม  
กลายเป็นคนมีสถานะ ได้รับการยกย่อง มีเกียรติ ไปไหน  
ก็มีหน้ามีตา เรื่องนี้ก็ขึ้นต่อค่านิยมของสังคมด้วย ที่นี้  
เมื่อมีการยอมรับ มีฐานะ มียศ มีตำแหน่งขึ้นแล้ว ก็  
อาจจะมีอำนาจ หรือมีโอกาส ทำให้มีทางได้ทรัพย์สิน  
เงินทองมากขึ้นด้วย จึงเนื่องอาศัยซึ่งกันและกัน

ถ้ามีทรัพย์สินเงินทอง และมียศ มีตำแหน่งแล้ว  
ก็มักทำให้มีมิตรมีบริวารเข้ามาด้วย เพิ่มเข้ามาอีก เป็น  
เครื่องประกอบ ช่วยให้เราอะไรๆ ได้สะดวกและกว้างไกล  
ยิ่งขึ้น

ต่อจากนั้น แขนข้างในก็คือครอบครัว ถ้ามี  
ครอบครัวที่ดี เป็นครอบครัวที่มั่นคง มีความสุข ก็ทำ

ให้การทำหน้าที่การงานของเราปลอดโปร่งโล่งใจคล่องตัวยิ่งขึ้นไปอีก เป็นสิ่งที่เกื้อกูลแก่กันและกัน พอเรื่องครอบครัวเรียบร้อย ทำงานคล่อง หาเงินหาทองได้ดี ก็เลี้ยงดูครอบครัวได้เต็มที่ ทำให้ครอบครัวมีความมั่นคง สามารถเลี้ยงดูและให้การศึกษาแก่ลูก สร้างสรรค์ความเจริญของชีวิตครอบครัว และวงศ์ตระกูลได้ยิ่งขึ้นไป

### พื้นฐานจะมัน ต้องลงรากให้ลึก

นี่คือประโยชน์สุขระดับที่หนึ่ง ซึ่งต้องยอมรับว่าสำคัญ แต่เพียงเท่านั้นยังไม่พอ ประโยชน์สุขระดับนี้เป็นสิ่งที่คนมุ่งหมายกันมาก แต่มันยังมีข้อบกพร่องคือมันยังไม่ลึกซึ้ง แล้วก็ไม่ได้ปลอดโปร่งโล่งใจเต็มที่ ยังเป็นไปกับด้วยความหวาดระแวง ความหวงแหนอะไรต่าง ๆ หลากอย่าง เช่น เมื่อมีทรัพย์สินเงินทอง เรายังมีความรู้สึกไม่ปลอดภัยในบางครั้งบางคราว ทำให้มีความห่วงกังวลและความกลัวภัยแฝงอยู่ในชีวิตของเรา

อีกอย่างหนึ่ง ในการอยู่ในโลก เราก็ต้องขึ้นต่อสิ่งเหล่านี้ เวลาเราแสวงได้มาก ๆ มีวัตถุมาบำรุงความสุขเพิ่มขึ้นชีวิตไป เราก็นึกว่าถ้าเรายังมีมากเราสุขมาก เราก็หาเงินหาทรัพย์ยิ่งขึ้นไป กลายเป็นว่า ไป ๆ มา ๆ เราก็วิ่งไล่ไม่ถึงสักที ยังมีมากขึ้น ความสุขก็ยังวิ่งแต่ก่อนเคยมีเท่านี้ก็สุข แต่ต่อมาเท่าต้องมีมากกว่านั้น เคยมีร้อยเดียวก็สุข ต้องได้พันหนึ่งจึงสุข พอได้พันแล้ว หะ และทำให้สุขได้กลับกลายเป็นทุกข์ คราวไม่เป็นสุขแล้ว ต้องมีพัน ที่นี้ พอมีพันก็ต้องได้หมื่นจึงสุข มีพันตอนนี้ไม่สุขแล้ว

แต่ก่อนทำไม่มีร้อยก็สุข มีพันก็สุข มันสุขไม่ได้ ร้อยและพันนั้นกลับเป็นทุกข์ไปเป็นไปได้ เมื่อก่อนโน้นยังไม่มีอะไร พอได้ใจเหลือเกิน สุขยิ่งกว่าเดี๋ยวนีที่ได้หมื่น บำรุงความสุขได้เพิ่มขึ้น สุขเท่าที่เคยมีความสุขมันหนึ่ได้ นี่ก็เป็นเรื่องที่ทำให้

การทำงานของเราลดไปร่งโล่งใจคล่อง เป็นสิ่งที่เกื้อกูลแก่กันและกัน พอ รับผิดชอบ ทำงานคล่อง หาเงินหาทอง ครอบครัวยุติได้เต็มที่ ทำให้ครอบครัวมี สามารถเลี้ยงดูและให้การศึกษาแก่ลูก เจริญของชีวิตครอบครัว และวงศ์ ไป

## ๑. ต้องลงรากให้ลึก

ประโยชน์สุขระดับที่หนึ่ง ซึ่งต้องยอมรับว่า ยงเท่านั้นยังไม่พอ ประโยชน์สุขระดับนี้ หมายกันมาก แต่มันยังมีข้อบกพร่อง ซึ่ง แล้วก็ไม่ปลอดโปร่งโล่งใจเต็มที่ วยความหวาดระแวง ความหวงแหน หลายอย่าง เช่น เมื่อมีทรัพย์สินเงินทอง มารู้สึกไม่ปลอดภัยในบางครั้งบางคราว ่วงกังวลและความกลัวภัยแฝงอยู่ในชีวิต

อีกอย่างหนึ่ง ในการอยู่ในโลก ความสุขของ เราก็ตองขึ้นต่อสิ่งเหล่านี้ เวลาเราแสวงหาเงินทองมา ได้มาก ๆ มีวัตถุมาบำรุงความสุขเพิ่มขึ้น เราดำเนิน ชีวิตไป เราก็นึกว่าถ้าเรายังมีมากเราก็ยังมีความสุข มาก เราก็กหาเงินหาทรัพย์ยิ่งขึ้นไป แต่แล้วบางที กลายเป็นว่า ไป ๆ มา ๆ เราก็วิ่งไล่ตามความสุข ไม่ถึงสักที ยิ่งมีมากขึ้น ความสุขก็ยิ่งวิ่งหนีเลหายหน้าไป แต่ก่อนเคยมีเท่านั้นก็สุข แต่ต่อมาเท่านั้นไม่สุขแล้ว ต้องมีมากกว่านั้น เคยมีร้อยเดียวก็สุข ต่อมาเราคิดว่า ต้องได้พันหนึ่งจึงสุข พอได้พันแล้ว หนึ่งร้อยที่เคยมี และทำให้สุขได้กลับกลายเป็นทุกข์ คราวนี้ถ้ามีแค่ร้อย ไม่เป็นสุขแล้ว ต้องมีพัน ทีนี้ พอมีพันก็อยากได้หมื่น ต้องได้หมื่นจึงสุข มีพันตอนนี้อยู่ไม่สุขแล้ว

แต่ก่อนทำไมมีร้อยก็สุข มีพันก็สุข แต่เดี๋ยวนี้ มันสุขไม่ได้ ร้อยและพันนั้นกลับเป็นทุกข์ไป มันไม่น่าจะ เป็นไปได้ เมื่อก่อนโน้นยังไม่มีอะไร พอได้ร้อยครั้งแรก ดีใจเหลือเกิน สุขยิ่งกว่าเดี๋ยวนี้อันที่ได้หมื่น พอหาเครื่อง บำรุงความสุขได้เพิ่มขึ้น สุขเก่าที่เคยมีกลับลดหาย ความสุขมันหนีได้ นี่ก็เป็นเรื่องที่ทำให้รู้สึกไม่มั่นคง

## โปร่งใจ

นอกจากนั้นยังเป็นเรื่องของความไม่จริงใจ และการมีความอิจฉาริษยากันอีก ทำให้อยู่ด้วยความหวาดระแวงไม่สบายใจ อย่างเรามียศ มีตำแหน่งฐานะเป็นที่ยอมรับในสังคม บางทีเราก็ไม่แน่ใจว่า เขาเคารพนับถือเราจริงหรือเปล่า หรือเป็นเพียงอาการแสดงออกภายนอก เวลาเราเปลี่ยนสถานะภายนอกแล้ว เขาอาจจะไม่เคารพนับถือเราอีก ฉะนั้น ในขณะที่อยู่ในสถานะนั้น เราก็มีความรู้สึกไม่อึดใจเต็มที่ ที่มันไม่ลึกซึ้ง พร้อมกับการที่ได้รับเกียรติยศฐานะหรือการยอมรับยกย่องนั้น ในใจลึกๆ ลงไป บางทีก็ ไม่สบายใจ

ฉะนั้น จึงกลายเป็นว่า บางทีสิ่งเหล่านี้ก็เป็นของเทียม เช่น เกียรติยศ และความเคารพนับถือ ก็อาจจะเป็นเกียรติยศและความเคารพนับถือที่เป็นของเทียม เมื่อเป็นของเทียมก็เป็นสิ่งค้างคา เป็นปัญหาทั้งแก่ตนเองและแก่ผู้อื่น

สำหรับตัวเราเอง มันก็เป็นปมในใจ ทำให้เรา ไม่ได้ความสุขที่แท้จริง และเมื่อต้องออกจากสถานะนั้น

หรือหมดสถานะนั้นไป ก็สูญเสียความมั่นคง ความโทมนัส เมื่อเห็นคนอื่นมีท่าทีอาจเปลี่ยนแปลงไป ถ้าเราแก้ปมในใจนี้ไม่ได้ เป็นปัญหาต่อไปอีก ทำให้มีผลต่อพฤติกรรม เป็นอยู่ตลอดจนสุขภาพทั้งทางจิตและทาง

ในด้านที่เกี่ยวกับคนอื่น ก็มักมี แข่งขันชิงดีชิงเด่น และการปั้นแต่งท่าทาง และการแสดงออกที่หวังผลซ่อนเร้นแอบแฝง ความไม่สนิทใจต่อกัน ทำให้การเป็น กลายเป็นการสร้างปัญหาในการอยู่ร่วมกัน มากมายของมนุษย์ก็จึงเกิดขึ้นจากการปะ ประโยชน์สุขระดับต้นนี้

ในที่สุด ก็กลายเป็นว่า ถ้าเราไม่ก้าวร้าว ขึ้นต่อไป ประโยชน์สุขระดับที่หนึ่งนี้ ก็จะได้มาก เพราะมันไม่เต็มไม่อึด ไม่โปร่งใจ ปัญหาพ่วงมาด้วยนานาประการ รวมทั้ง ระแวงความอิจฉาริษยา ความรู้สึกไม่มั่นคง ภายนอก และความรู้สึกไม่มั่นคงภายในตน ฉะนั้น แม้ว่ามันจะเป็นสิ่งสำคัญที่เราจะต่อ

ากนั้นยังเป็นเรื่องของความไม่จริงใจ  
 อัจฉาริษาอีก ทำให้อยู่ด้วยความ  
 ุสบายใจ อย่างเรามียศ มีตำแหน่ง  
 รมรับในสังคม บางทีเราก็ไม่แน่ใจว่า เขา  
 ราชจริงหรือเปล่า หรือเป็นเพียงอาการ  
 นอก เวลาเราเปลี่ยนสถานะภายนอก  
 จะไม่เคารพนับถือเราอีก ฉะนั้น ในขณะที่  
 นั้น เราก็มีความรู้สึกไม่โอ้ใจเต็มที่  
 พร้อมกับ การที่ได้รับเกียรติยศฐานะหรือ  
 าย่องนั้น ในใจลึกๆ ลงไป บางทีก็

จึงกลายเป็นว่า บางทีสิ่งเหล่านี้ก็เป็น  
 เช่น เกียรติยศ และความเคารพนับถือ  
 เกียรติยศและความเคารพนับถือที่เป็น  
 อกเป็นของเทียมก็เป็นสิ่งค่างค่า เป็นปัญหา  
 และแก้ผู้อื่น

รับตัวเราเอง มันก็เป็นปมในใจ ทำให้เรา  
 ขที่แท้จริง และเมื่อต้องออกจากสถานะนั้น

หรือหมดสถานะนั้นไป ก็สูญเสียความมั่นใจ และเกิด  
 ความโทมนัส เมื่อเห็นคนอื่นมีท่าทีอาการต่อตนเอง  
 เปลี่ยนแปลงไป ถ้าเราแก้ปมในใจนี้ไม่ได้ บางทีก็ส่งผล  
 เป็นปัญหาต่อไปอีก ทำให้มีผลต่อพฤติกรรม ต่อความ  
 เป็นอยู่ตลอดจนสุขภาพทั้งทางจิตและทางกายของเรา

ในด้านที่เกี่ยวกับคนอื่น ก็มักมีเรื่องของการ  
 แข่งขันชิงดีชิงเด่น และการปั้นแต่งท่าทาง การกระทำ  
 และการแสดงออกที่หวังผลซ่อนเร้นแอบแฝง ตลอดจน  
 ความไม่สนิทใจต่อกัน ทำให้การเป็นอยู่ในสังคม  
 กลายเป็นการสร้างปัญหาในการอยู่ร่วมกันอีก ปัญหา  
 มากมายของมนุษย์ก็จึงเกิดขึ้นจากการปฏิบัติต่อเรื่อง  
 ประโยชน์สุขระดับต้นนี้

ในที่สุด ก็กลายเป็นว่า ถ้าเราไม่ก้าวสู่ประโยชน์สุข  
 ขึ้นต่อไป ประโยชน์สุขระดับที่หนึ่งนี้ ก็จะเป็นปัญหา  
 ได้มาก เพราะมันไม่เต็มไม่อึด ไม่โปร่งไม่โล่ง และมี  
 ปัญหาพ่วงมาด้วยนานาประการ รวมทั้งความหวาด  
 ระแวงความอิจฉาริษา ความรู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัย  
 ภายนอก และความรู้สึกไม่มั่นใจภายในตนเอง เพราะ  
 ฉะนั้น แม้ว่ามันจะเป็นสิ่งสำคัญที่เราจะต้องไม่มองข้าม



แต่เราก็จะต้องก้าวสู่ประโยชน์สุขขั้นต่อไป ด้วยเหตุนี้ พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนประโยชน์สุขระดับที่สองไว้ด้วย

### ถ้าลงลึกได้ จะถึงประโยชน์สุขที่แท้

ระดับที่ ๒ ได้แก่ ประโยชน์สุขที่เป็นด้านนามธรรม เป็นเรื่องของจิตใจลึกซึ้งลงไป ท่านเรียกว่าประโยชน์ที่เลยจากตามองเห็น หรือเลยไปข้างหน้า ไม่เห็นเป็นรูปธรรมต่อหน้าต่อตา เรียกด้วยภาษาวิชาการว่า *สัมปรายิกัตถะ* เช่น ความมีชีวิตที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์ การที่เราได้ช่วยเหลือเกื้อกูลแก่ผู้อื่นด้วยคุณธรรม ได้ทำประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์ เมื่อระลึกขึ้นมาว่า เราได้ใช้ชีวิตนี้ให้มีประโยชน์ เราได้ทำชีวิตให้มีคุณค่า ได้ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ได้เกื้อกูลสังคมแล้ว พอระลึกขึ้นมาเราก็อิ่มใจสบายใจ ทำให้มีความสุขอีกแบบหนึ่ง

ด้วยวิธีปฏิบัติในระดับที่สอง ซึ่งเป็นเรื่องของจิตใจ เกี่ยวกับคุณธรรมนี้ ก็ทำให้เรามีความสุขเพิ่ม

ขึ้นอีก และแม้แต่ประโยชน์สุขระดับที่มีประโยชน์สุขระดับที่สองเป็นคู่อยู่ข้างใน มีชั้นชนิดที่ว่าลึกซึ้งเป็นจริงเลยทีเดียว จะไป เช่นถ้าเป็นการเคารพนับถือ ตอนนี้จะไปเรามีน้ำใจมีคุณธรรมและช่วยเหลือเกื้อกูลด้วยใจจริง ก็จะทำให้เขาเคารพเราจริง ออกจากใจที่แน่นอนสนิท เป็นของลึกซึ้งของแท้

ในทางกลับกัน ประโยชน์สุขระดับอาคัยประโยชน์สุขระดับที่หนึ่งมาช่วยที่พัฒนา มีคุณธรรมขึ้นมาแล้ว เรามีช่วยเหลือเกื้อกูลเพื่อนมนุษย์ เราก็เอาสิ่งนี้ในระดับแรกนั้นเองมาใช้ เช่นเอาทรัพย์ที่เป็นวัตถุเป็นของมองเห็นนั้นแหละมาเพื่อนมนุษย์ ยิ่งมีมาก ก็ยิ่งช่วยได้มาก

คนที่มีแต่ประโยชน์สุขระดับที่สอง น้ำใจเกื้อกูล มีคุณธรรม อยากจะช่วยคนที่หนึ่งทำไว้ไม่ได้ ไม่มีเงินทองจะไปช่วยประโยชน์สุขได้น้อย เพราะฉะนั้นจึงต้อง

ก้าวสู่ประโยชน์สุขขั้นต่อไป ด้วยเหตุนี้  
ทรงสอนประโยชน์สุขระดับที่สองไว้ด้วย

## จะถึงประโยชน์สุขที่แท้

ที่ ๒ ได้แก่ ประโยชน์สุขที่เป็นด้าน  
นเรื่องของจิตใจลึกซึ้งลงไป ท่านเรียกว่า  
ยจากตามองเห็น หรือเลยไปข้างหน้า  
รมต่อหน้าต่อตา เรียกด้วยภาษาวิชาการ  
กัตตะ เช่น ความมีชีวิตที่มีคุณค่าเป็น  
การที่เราได้ช่วยเหลือเกื้อกูลแก่ผู้อื่นด้วย  
ดทำประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์ เมื่อระลึก  
าได้ใช้ชีวิตนี้ให้มีประโยชน์ เราได้ใช้ชีวิต  
ได้ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ได้เกื้อกูลสังคม  
กขึ้นมาเราก็อิ่มใจสบายใจ ทำให้มีความ  
ง

ปฏิบัติในระดับที่สอง ซึ่งเป็นเรื่องของ  
กับคุณธรรมนี้ ก็ทำให้เรามีความสุขเพิ่ม

ชั้นอีก และแม้แต่ประโยชน์สุขระดับที่หนึ่งนั้น เมื่อ  
มีประโยชน์สุขระดับที่สองเป็นคู่อยู่ข้างในด้วย ก็จะมี  
มีชั้นชนิดที่ว่าลึกซึ้งเป็นจริงเลยทีเดียว จะไม่เป็นของเทียม  
เช่นถ้าเป็นการเคารพนับถือ ตอนนี้เป็นของแท้ การที่  
เรามีน้ำใจมีคุณธรรมและช่วยเหลือเกื้อกูลเพื่อนมนุษย์  
ด้วยใจจริง ก็จะทำให้เขาเคารพเราจริง เป็นการแสดง  
ออกจากใจที่แน่นอนสนิท เป็นของลึกซึ้ง เราจะได้  
ของแท้

ในทางกลับกัน ประโยชน์สุขระดับที่สองนี้ ก็  
อาศัยประโยชน์สุขระดับที่หนึ่งมาช่วย พอเรามีจิตใจ  
ที่พัฒนา มีคุณธรรมขึ้นมาแล้ว เรามีน้ำใจอยากจะ  
ช่วยเหลือเกื้อกูลเพื่อนมนุษย์ เราก็เอาสิ่งที่เป็นประโยชน์  
ในระดับแรกนั่นเองมาใช้ เช่นเอาทรัพย์สินเงินทอง  
ที่เป็นวัตถุเป็นของมองเห็นนั้นแหละมาใช้ช่วยเหลือ  
เพื่อนมนุษย์ ยิ่งมีมาก ก็ยิ่งช่วยได้มาก

คนที่แม้แต่ประโยชน์สุขระดับที่สอง ถึงแม้จะมี  
น้ำใจเกื้อกูล มีคุณธรรม อยากจะช่วยเหลือคนอื่น แต่ระดับ  
ที่หนึ่งทำไว้ไม่ดี ไม่มีเงินทองจะไปช่วยเหลือ ก็ทำ  
ประโยชน์สุขได้น้อย เพราะฉะนั้นจึงต้องมีทั้งสองชั้น

นอกจากความสุขใจขึ้นใจในการที่ได้ช่วยเหลือ  
 เกื้อกูลเพื่อนมนุษย์ ก็คือความมั่นใจ โดยเฉพาะความ  
 มั่นใจในชีวิตของตนเอง เช่นเรามีความมั่นใจในชีวิต  
 ของเราที่ได้เป็นอยู่มาด้วยดี มีความประพฤติปฏิบัติ  
 ถูกต้อง ตั้งอยู่ในความดีงามสุจริต ไม่ได้ทำผิดทำโทษ  
 อะไร เมื่อเราระลึกนึกถึงชีวิตของเราขึ้นมาเราก็มี  
 ความมั่นใจในตนเอง เป็นความสุขลึกซึ้งอยู่ภายใน  
 และเมื่อเรามีความสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ด้วยความ  
 ดีงามเกิดจากคุณธรรมภายใน ก็ยิ่งทำให้เรามีความ  
 มั่นใจในตัวเองมากขึ้น พร้อมทั้งมีความมั่นใจในการ  
 อยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วย นี่เป็นระดับของความสุขที่แท้จริง

ในตอนที่มีวัดดูภายนอกเรายังไม่มีความมั่นใจ  
 จริง ความสุขก็ผ่าน ๆ ไม่ลึกซึ้งและไม่ยืนยาว แต่พอ  
 มีคุณธรรมภายใน ซึ่งนำไปสู่ประโยชน์สุขระดับที่สอง  
 เราก็มีความมั่นใจในตัวเอง และมีความสุขที่ลึกซึ้ง  
 เต็มใจและชุ่มฉ่ำใจ

นอกจากนั้นยังมีคุณธรรมอื่นที่มาช่วยเสริมหนุน  
 ประโยชน์สุขทางจิตใจอีก โดยเฉพาะศรัทธา คือมี  
 ความเชื่อมั่นในสิ่งที่ดีงามในคุณความดี ในการกระทำ

ความดี ในจุดหมายที่ดีงาม ตลอด  
 ความเชื่อมั่นและมั่นใจเหล่านี้เป็นศรี  
 ในพระศาสนา เห็นว่าพระศาสนานี้มี  
 แก่นวลมนุษย์ เป็นคำสอนที่ดีงาม เร  
 มั่นใจในคุณค่าแห่งธรรม เราก็ทำนุ  
 พระศาสนาด้วยศรัทธานั้น จิตใจขอ  
 และมั่นคง มีกำลังเข้มแข็งและผ่องใส  
 ที่ประณีตเป็นส่วนที่แท้และลึกซึ้งอยู่

อันนี้คือประโยชน์สุขระดับที่ส  
 เราจะต้องก้าวให้ถึง ซึ่งจะทำให้ประ  
 ไม่มีพิษไม่มีภัย แล้วก็กลับเป็นประโยชน์  
 ออกไป และยังทำให้ความสุขที่มีที่ได้  
 ที่ลึกซึ้งเต็มที ฉะนั้นเราจึงต้องก้าว  
 ระดับที่สอง

ท่านผู้ใดได้ก้าวขึ้นมาถึงประโยชน์  
 แล้ว ก็จะมี ความมั่นใจในคุณค่าแ  
 พอระลึกนึกขึ้นมาเมื่อใดก็เกิดปิติสุขว่า  
 ทรัพย์สินเงินทอง และเงินทองนั้นก็ไม่

มีความสุขขึ้นใจในการที่ได้ช่วยเหลือ  
คือความมั่นใจ โดยเฉพาะความ  
อง เช่นเรามีความมั่นใจในชีวิต  
ด้วยดี มีความประพฤติปฏิบัติ  
มดีงามสุจริต ไม่ได้ทำผิดทำโทษ  
จักนึกถึงชีวิตของเราขึ้นมาเราก็มี  
ง เป็นความสุขลึกซึ่งอยู่ภายใน  
สัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ด้วยความ  
รมภายใน ก็ยิ่งทำให้เรามีความ  
เ็น พร้อมทั้งมีความมั่นใจในการ  
นี้เป็นระดับของความสุขที่แท้จริง  
ดดูภายนอกเรายังไม่มีความมั่นใจ  
ๆ ไม่ลึกซึ้งและไม่ยืนยาว แต่พอ  
ซึ่งนำไปสู่ประโยชน์สุขระดับที่สอง  
นตัวเอง และมีความสุขที่ลึกซึ้ง

ยังมีคุณธรรมอื่นที่มาช่วยเสริมหนุน  
ใจอีก โดยเฉพาะศรัทธา คือมี  
ดีงามในคุณความดี ในการกระทำ

ความดี ในจุดหมายที่ดีงาม ตลอดจนในวิถีชีวิตที่ดีงาม  
ความเชื่อมั่นและมั่นใจเหล่านี้เป็นศรัทธา ท่านผู้ศรัทธา  
ในพระศาสนา เห็นว่าพระศาสนานี้มีอยู่เพื่อประโยชน์สุข  
แก่มวลมนุษย์ เป็นคำสอนที่ดีงาม เรามีศรัทธา มีความ  
มั่นใจในคุณค่าแห่งธรรม เราก็ทำนุบำรุงหรือช่วยกิจการ  
พระศาสนาด้วยศรัทธานั้น จิตใจของเราก็มีความมั่นใจ  
และมั่นคง มีกำลังเข้มแข็งและผ่องใส พร้อมทั้งมีความสุข  
ที่ประณีตเป็นส่วนที่แท้และลึกซึ่งอยู่ภายใน

อันนี้คือประโยชน์สุขระดับที่สอง ที่ท่านถือว่า  
เราจะต้องก้าวให้ถึง ซึ่งจะทำให้ประโยชน์สุขขั้นที่หนึ่ง  
ไม่มีพิษไม่มีภัย แล้วก็กลับเป็นประโยชน์เกื้อกูลกว้างขวาง  
ออกไป และยังทำให้ความสุขที่มีที่ได้ กลายเป็นความสุข  
ที่ลึกซึ้งเต็มที่ ฉะนั้นเราจึงต้องก้าวไปสู่ประโยชน์สุข  
ระดับที่สอง

ท่านผู้ใดได้ก้าวขึ้นมาถึงประโยชน์สุขระดับที่สอง  
แล้ว ก็จะมีความมั่นใจในคุณค่าแห่งชีวิตของตนเอง  
พอระลึกนึกขึ้นมาเมื่อใดก็เกิดปีติสุขว่า เออ เรามี  
ทรัพย์สินเงินทอง และเงินทองนั้นก็ไม่ใช่เสียเปล่า เราได้

ใช้ทรัพย์สินเงินทองนี้ทำให้เกิดประโยชน์แล้วแก่ชีวิตของเราและเพื่อนมนุษย์ หรือมีความอิจฉาว่า เราได้มีศรัทธาในสิ่งที่ถูกต้อง เรามีความมั่นใจในการดำเนินชีวิตของเรา เราได้ทำสิ่งที่ถูกต้องเป็นประโยชน์ ไม่ได้ทำในสิ่งที่เสียหาย

ถ้าพูดตามศัพท์ของท่านก็ว่า มีความมั่นใจด้วยศรัทธา ที่เชื่อและขึ้นใจในสิ่งที่ดีงาม แล้วก็มีศีล มีความประพฤติดีงาม เกื้อกูล ไม่เบียดเบียนใคร ทำแต่สิ่งที่เป็นคุณประโยชน์ มีจาคะ มีความเสียสละ ได้ใช้ทรัพย์สินเงินทองที่หามาได้ทำให้เกิดคุณค่า ขยายประโยชน์สุขให้กว้างขวางออกไป แล้วก็มีปัญญา มีความรู้ความเข้าใจในความจริงของสิ่งทั้งหลาย พอที่จะปฏิบัติต่อสิ่งที่ชีวิตเกี่ยวข้อง เริ่มแต่บริโศคบริหาร ใช้จ่ายจัดการทรัพย์สินเงินทองนั้น ในทางที่จะเป็นคุณประโยชน์สมคุณค่าของมัน และไม่ให้เกิดเป็นปัญหา ไม่ให้เกิดทุกข์ ไม่ลุ่มหลงมัวเมา อยู่อย่างเป็นนาย มิใช่เป็นทาสของทรัพย์ ต่อจากนี้เราก็จะก้าวไปสู่ประโยชน์สุขระดับที่สาม แต่ถึงจะมีเพียงแค่สองขั้นนี้ก็นับว่ามีชีวิตที่ค่อนข้างจะสมบูรณ์แล้ว

ถึงจะเป็นประโยชน์แท้ แต่

แม้จะได้ถึงประโยชน์สุ  
พระพุทธรูปก็ทรงเตือนว่ายังไม่  
เพราะอะไร แม้เราจะมีชีวิต  
ในความดีของเรา แต่เราก็มีจิตใจ  
เรายังหวังอยากให้คนอื่นยกย่อง  
ตอบสนองความดีของเรา แม้จะ  
ความสุขด้วยอาศัยความรู้สึกมัน  
เรียกง่าย ๆ ว่ายังเป็นความสุข  
อย่างหนึ่ง

ในระดับที่หนึ่ง ความ  
หรือขึ้นต่อคนอื่นสิ่งอื่น

พอถึงระดับที่สอง ความ  
อาศัยความดีงาม และคุณธรรม

อย่างไรก็ตาม トラบ  
อาศัยอยู่ มันก็เป็นความสุขที่ย  
ยังต้องขึ้นต่ออะไร ๆ อย่างใด  
กรณีขึ้นว่าเราทำความดีไปแล้ว

นี้ทำให้เกิดประโยชน์แล้วแก่ชีวิต  
 ย หรือมีความอึดใจว่า เราได้มี  
 เรามีความมั่นใจในการดำเนิน  
 สิ่งที่ถูกต้องเป็นประโยชน์ ไม่ได้

ของท่านก็ว่า มีความมั่นใจ  
 ะชื่นใจในสิ่งที่ดีงาม แล้วก็มีศีล  
 เกื้อกูล ไม่เบียดเบียนใคร ทำแต่  
 มีจาคะ มีความเสียสละ ได้ใช้  
 ได้ทำให้เกิดคุณค่า ขยาย  
 างออกไป แล้วก็มีปัญญา มี  
 ามจริงของสิ่งทั้งหลาย พอที่  
 ยวข้อง เริ่มแต่บริโภคบริหาร  
 ินทองนั้น ในทางที่จะเป็น  
 งามมัน และไม่ให้เกิดเป็นปัญหา  
 งามมา อยู่อย่างเป็นนาย มิใช่  
 ากนี้เราก็จะก้าวไปสู่ประโยชน์  
 จะมีเพียงแค่สองขั้นนี้ก็นับว่ามี  
 ้วแล้ว

ถึงจะเป็นประโยชน์แท้ แต่ก็ยังไม่สมบูรณ์

แม้จะได้ถึงประโยชน์สุข ๒ ระดับแล้ว แต่  
 พระพุทธเจ้าก็ทรงเตือนว่ายังไม่สมบูรณ์ ไม่สมบูรณ์  
 เพราะอะไร แม้เราจะมีความดี เรามีความภูมิใจ มั่นใจ  
 ในความดีของเรา แต่เราก็มืดใจที่ยังอยู่ด้วยความหวัง  
 เรายังหวังอยากให้คนอื่นยกย่องนับถือ ยังหวังในผล  
 ตอบสนองความดีของเรา แม้จะเป็นนามธรรม เรามี  
 ความสุขด้วยอาศัยความรู้สึกมั่นใจภูมิใจอะไรเหล่านั้น  
 เรียกง่าย ๆ ว่ายังเป็นความสุขที่อิงอาศัยอะไรอย่างใด  
 อย่างหนึ่ง

ในระดับที่หนึ่ง ความสุขของเราอิงอาศัยวัตถุ  
 หรือขึ้นต่อคนอื่นสิ่งอื่น

พอถึงระดับที่สอง ความสุขของเราเข้ามาอิง  
 อาศัยความดีงาม และคุณธรรมของตัวเอง

อย่างไรก็ตาม ตราบใดเรายังมีความสุขที่อิง  
 อาศัยอยู่ มันก็เป็นความสุขที่ยังไม่เป็นอิสระ เพราะ  
 ยังต้องขึ้นต่ออะไร ๆ อย่างใดอย่างหนึ่ง เช่นถ้าเกิดมี  
 กรณีขึ้นว่าเราทำความดีไปแล้วคนอื่นไม่ยกย่องเท่าที่ควร

เมื่อเราหวังไว้ ต่อไปเราก็รู้สึกผิดหวังได้ บางทีเราทำความดีแล้วมาเกิดรู้สึกสะดุดขึ้นว่า เอ! ทำไมคนเขาไม่เห็นความดีของเรา เราก็ผิดหวัง หรือว่าเราเคยได้รับความชื่นชม ได้รับความยกย่องในความดี แต่ต่อมาการยกย่องสรรเสริญนั้นก็เสื่อมคลายจืดจางลงไป หรือลดน้อยลงไป ก็ทำให้เราให้ห่อเหี่ยวลงไปได้ จิตใจของเราก็พยุบไปตามความเปลี่ยนแปลงภายนอก

ในทางตรงข้าม ถ้าเรามีจิตใจที่รู้เท่าทันความจริงของสิ่งทั้งหลาย รู้ตระหนักในกฎธรรมชาติว่ามันเป็นธรรมดาอย่างนั้น ๆ แล้ว เราก็ทำจิตใจของเราให้เป็นอิสระได้ และมันจะเป็นอิสระจนถึงขั้นที่ว่า ความเปลี่ยนแปลงเป็นไปของสิ่งทั้งหลายตามกฎธรรมชาตินั้น มันก็เป็นเรื่องของธรรมชาติไป มันไม่มามีผลกระทบต่ोजิตใจของเรา ใจของเราก็อยู่อย่างนั้น

แม้ว่าสิ่งทั้งหลายจะเปลี่ยนแปลงไป เป็นทุกข์ และเป็นไปตามเหตุปัจจัย แต่ใจของเราก็เป็นอิสระอยู่เป็นตัวของเรามาเดิม เช่นเมื่อเรากระทบกับความไม่เที่ยงเป็นอนิจจัง สิ่งทั้งหลายเปลี่ยนแปลงไป เราก็

รู้เท่าทันว่ามันจะต้องเป็นอย่างนั้น ดำรงใจเป็นอิสระอยู่ได้ หรือว่าเมื่อมันเป็นว่าสิ่งทั้งหลายเป็นทุกข์คือคงไม่ได้ เรารู้เท่าทันแล้ว ความทุกข์ของสิ่งเหล่านั้นอยู่ตามธรรมชาติของความทุกข์ในใจของเรา

ปัญหาของมนุษย์นั้นเกิดจากความจริง แล้วก็วางใจต่อสิ่งทั้งหลายให้เราถูกกฎธรรมชาติเบียดเบียนอยู่ตลอดเวลา ความทุกข์ของมนุษย์คือการถูกระทบกระทบทั้งบีบคั้นจากความไม่เที่ยงแท้แน่นอน ความตั้งอยู่ไม่คงทนถาวร เป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่เป็นไปตามความปรารถนา

สิ่งทั้งหลายเปลี่ยนแปลงไป ไปอย่างหนึ่ง มันกลับเปลี่ยนไปเสีย อยากจะให้มันคงอยู่ แต่มันกลับกระทำนองนี้ มันก็ฝืนใจเรา บีบคั้นใจ

ปเราก็รู้สึกผิดหวังได้ บางทีเราทำ  
สึกสะดุดขึ้นว่า เอ! ทำไมคนเขา  
า เราก็ผิดหวัง หรือว่าเราเคยได้  
บความยกย่องในความคิด แต่ต่อมา  
นั้นก็เสื่อมคลายจิตใจลงไป หรือ  
จเราให้ห่อเหี่ยวลงไปได้ จิตใจของ  
เมเปลี่ยนแปลงภายนอก

ม ถ้าเรามีจิตใจที่รู้เท่าทันความจริง  
ตระหนักในกฎธรรมชาติว่ามันเป็น  
แล้ว เราก็ทำจิตใจของเราให้เป็น  
จะเป็นอิสระจนถึงขั้นที่ว่า ความ  
องสิ่งทั้งหลายตามกฎธรรมชาตินั้น  
รมชาติไป มันไม่มามีผลกระทบ  
งเราก็อยู่อย่างนั้น

ลายจะเปลี่ยนแปลงไป เป็นทุกข์  
จจัย แต่ใจของเราก็เป็นอิสระอยู่  
ม เช่นเมื่อเรากระทบกับความ  
สิ่งทั้งหลายเปลี่ยนแปลงไป เราก็

รู้เท่าทันว่ามันจะต้องเป็นอย่างนั้นตามเหตุปัจจัย แล้วก็  
ดำรงใจเป็นอิสระอยู่ได้ หรือว่าเมื่อเรารู้ตระหนักตามที่  
มันเป็นว่าสิ่งทั้งหลายเป็นทุกข์คือคงทนอยู่ในสภาพเดิม  
ไม่ได้ เรารู้เท่าทันแล้ว ความทุกข์นั้นก็มีความทุกข์  
ของสิ่งเหล่านั้นอยู่ตามธรรมชาติของมัน ไม่เข้ามาเป็น  
ความทุกข์ในใจของเรา

ปัญหาของมนุษย์นั้นเกิดจากการที่ไม่รู้เท่าทัน  
ความจริง แล้วก็วางใจต่อสิ่งทั้งหลายไม่ถูกต้อง จึงทำ  
ให้เราถูกกฎธรรมชาติเบียดเบียนบีบคั้นและครอบงำ  
อยู่ตลอดเวลา ความทุกข์ของมนุษย์นี้ รวมแล้วก็อยู่  
ที่การถูกกระทบกระทั่งบีบคั้นจากการเปลี่ยนแปลง  
ความไม่เที่ยงแท้แน่นอน ความตั้งอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้  
ไม่คงทนถาวร เป็นไปตามเหตุปัจจัย ซึ่งฝืนขัดแย้ง  
ไม่เป็นไปตามความปรารถนา

สิ่งทั้งหลายเปลี่ยนแปลงไป เราอยากให้เปลี่ยน  
ไปอย่างหนึ่ง มันกลับเปลี่ยนไปเสียอีกอย่างหนึ่ง เรา  
อยากจะให้มันคงอยู่ แต่มันกลับเกิดแตกดับไป อะไร  
ทำนองนี้ มันก็ฝืนใจเรา บีบคั้นใจเรา เราก็มีความทุกข์



## ถ้ากระแสนี้เป็นสอง ก็ต้องมีการปะทะกระแทก

ทั้งนี้ทั้งนั้นก็เพราะว่าเราไปสร้างกระแสน้ำความอยากซ้อนขึ้นมาบนกระแสความจริงของธรรมชาติที่มีอยู่ก่อนแล้ว กระแสน้ำความอยากของเราเป็นกระแสน้ำที่ไม่เป็นของแท้จริง กระแสน้ำที่แท้จริงของสิ่งทั้งหลายก็คือกระแสของกฎธรรมชาติที่ว่าสิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัยของมัน ทีนี้มนุษย์เราก็นำกระแสน้ำความอยากของตัวเองขึ้นมาว่า จะให้สิ่งทั้งหลายเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ตามใจที่ชอบชังของเรา แต่มันก็ไม่เป็นไปตามที่ใจเราอยาก เราอยากจะให้มันเป็นอย่างนี้ มันก็ไม่เป็น กลับเป็นไปเสียอย่างโน้น เพราะว่าสิ่งทั้งหลายมีกระแสที่แท้จริงควบคุมมันอยู่ กระแสน้ำที่แท้จริงของมันก็คือกระแสแห่งเหตุปัจจัย

สำหรับคนปุถุชนทั่วไปก็จะมีกระแสของตัวเองที่สร้างขึ้นเอง คือกระแสความอยาก เรามีกระแสน้ำในใจของเราตลอดเวลา เป็นกระแสความอยากที่มีต่อสิ่งทั้งหลาย ไม่ว่าเราจะเกี่ยวข้องกับอะไร เราก็จะส่งกระแสน้ำเข้าไปสัมพันธ์กับมัน คือเราจะมีความนึกคิด

ตามความปรารถนาของเราว่าอยากหรือไม่อยากให้เป็นอย่างนี้

ทีนี้ สิ่งทั้งหลายก็มีกระแสอยู่แล้ว คือกระแสกฎธรรมชาติ อันตามเหตุปัจจัย พอถึงตอนนี้กระแสเข้ามาซ้อนเข้าไปอีก ก็เกิดเป็น ๒ กระแสน้ำ กระแสน้ำนั้นก็อันเดียวกันนั่นแหละ เมื่อมาเกี่ยวข้องกับตัวเรา ก็ตกอยู่ในใจของเรา แล้วตัวมันเองก็มีกระแสธรรมชาติของธรรมชาติอยู่แล้ว พอมีอย่างนี้ เมื่อมีความเป็นไปอย่างหนึ่ง สองกระแสน้ำก็จะเกิดการขัดแย้งกันขึ้น ปัญหา คือ กระแสน้ำความอยากของเราแห่งเหตุปัจจัยของธรรมชาติ

ทีนี้ พอเอาเข้าจริง กระแสน้ำความอยากของเราที่แพ้ เพราะเป็นธรรมชาติว่า สิ่งทั้งหลายความอยากของคน แต่มันเป็นไปตาม

สอง ก็ต้องมีการปะทะกระแทก

เพราะว่าเราไปสร้างกระแสความอยาก  
 สดความจริงของธรรมชาติที่มีอยู่ก่อน  
 มอยากของเรานี้เป็นกระแสที่ไม่เป็น  
 ที่แท้จริงของสิ่งทั้งหลายก็คือกระแส  
 ว่าสิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัย  
 เราก็สร้างกระแสความอยากของตัว  
 ึ่งหลายเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ตาม  
 แต่มันก็ไม่เป็นไปตามที่ใจเราอยาก  
 ็นอย่างนี้ มันก็ไม่เป็น กลับเป็นไป  
 ราะว่าสิ่งทั้งหลายมีกระแสที่แท้จริง  
 ะแสที่แท้จริงของมันก็คือกระแสแห่ง

บุญชนทั่วไปก็จะมีกระแสของตัวที่  
 ะแสความอยาก เรามีกระแสนี้ในใจ  
 เป็นกระแสความอยากที่มีต่อสิ่ง  
 ราะจะเกี่ยวข้องกับอะไร เราก็จะส่ง  
 ันธ์กับมัน คือเราจะมีความนึกคิด

ตามความปรารถนาของเราว่าอยากให้มันเป็นอย่างนั้น  
 ไม่อยากให้เป็นอย่างนี้

ที่นี้ สิ่งทั้งหลายก็มีกระแสจริง ๆ ที่คุมมัน  
 อยู่แล้ว คือกระแสกฎธรรมชาติ อันได้แก่ความเป็นไป  
 ตามเหตุปัจจัย พอถึงตอนนี้กระแสของตัวเราเกิดขึ้น  
 มาซ้อนเข้าไปอีก ก็เกิดเป็น ๒ กระแส แต่สิ่งที่อยู่ใน  
 สองกระแสนั้นก็อันเดียวกันนั่นแหละ คือ สิ่งนั้นเอง  
 เมื่อมาเกี่ยวข้องกับตัวเรา ก็ตกอยู่ในกระแสความอยาก  
 ของเรา แล้วตัวมันเองก็มีกระแสแห่งเหตุปัจจัยตาม  
 ธรรมดาของธรรมชาติอยู่แล้ว พอมี ๒ กระแสขึ้นมา  
 อย่างนี้ เมื่อมีความเป็นไปอย่างหนึ่งอย่างใดก็ตาม  
 สองกระแสนี้ก็จะเกิดการขัดแย้งกันขึ้นแล้วก็กลายเป็น  
 ปัญหา คือ กระแสความอยากของคนขัดกันกับกระแส  
 แห่งเหตุปัจจัยของธรรมดา

ที่นี้ พอเอาเข้าจริง กระแสแห่งเหตุปัจจัย ก็  
 ชนะ กระแสความอยากของเราก็แพ้ ก็ต้องเป็นอย่างนี้  
 เพราะเป็นธรรมดาว่า สิ่งทั้งหลายไม่ได้เป็นไปตาม  
 ความอยากของคน แต่มันเป็นไปตามเหตุปัจจัยของมัน

พอสองกระแสนี้สวนทางปะทะกัน และกระแสแห่งเหตุ  
ปัจจัยชนะ กระแสความอยากของเราแพ้ ผลที่ตามมา  
ก็คือ ตัวเราถูกบีบคั้น เราถูกกดดัน เราก็มีความทุกข์  
นี่คือ ความทุกข์เกิดขึ้น แล้วเราก็ได้แต่ร้องขึ้นมาในใจ  
หรือโอดโอยคร่ำครวญว่า ทำไมมันจึงเป็นอย่างนั้นหนอ  
ทำไมมันจึงไม่เป็นอย่างนี้หนอ แล้วก็ถูกความทุกข์  
บีบคั้นใจ ได้แต่ระทมขมขึ้นไป

### พอประสานเป็นกระแสเดียวได้ คนก็สบายงานก็สำเร็จ

ส่วนคนที่รู้เท่าทันความจริง เขาศึกษาธรรม  
แล้วก็รู้เลยว่า ความจริงก็ต้องเป็นความจริง คือ  
สิ่งทั้งหลายเป็นไปตามกฎธรรมชาติ โดยเป็นไปตาม  
เหตุปัจจัยของมัน จะเอาความอยากของเราไปเป็นตัว  
กำหนดไม่ได้ เพราะฉะนั้นเพียงแต่ให้รู้เข้าใจว่ามัน  
ควรจะเป็นอย่างไร หรือกำหนดว่าเราต้องการอย่างไร  
ต่อจากนั้นก็ทำด้วยความรู้ว่า มันจะเป็นอย่างนั้นได้ก็  
ต้องทำให้เป็นไปตามเหตุปัจจัย

ฉะนั้น ถ้าเราต้องการให้มันเ  
มันควรจะเป็นอย่างไร เราก็ต้องไป  
ของมัน เมื่อใช้ปัญญาศึกษาเหตุปัจ  
รู้เหตุปัจจัยแล้ว จะให้มันเป็นอย่างไร  
ปัจจัยที่จะให้มันเป็นอย่างนั้น ถ้าจะไม่  
เราก็ไปป้องกันกำจัดเหตุปัจจัยที่จะไ  
ถ้าต้องการจะให้มันเป็นไปตามที่เรากำหนด  
ควรจะเป็น แล้วเราศึกษาเหตุปัจจัย ใ  
ไปทำที่เหตุปัจจัยให้เป็นไปอย่างที่เราต้  
ผลสำเร็จขึ้น

เมื่อเรารู้และทำอย่างนี้ กระแส  
จากกระแสความอยาก (กระแสตัณหา)  
ปัญญา จะเห็นได้ชัดเจนว่า กระแส  
เป็นอันเดียวกับกระแสเหตุปัจจัยของธ  
กระแสเหตุปัจจัยเป็นไปอย่างไร กระ  
ตามนั้น เมื่อเป็นอย่างนี้ กระแสของค  
ธรรมชาติ ก็กลายเป็นกระแสเดียวกัน  
เหลือกระแสเดียว คือกระแสเหตุปัจจัยที่  
ด้วยปัญญา

นทางปะทะกัน และกระแสแห่งเหตุ  
ความอยากของเราแพ้ ผลที่ตามมา  
คั้น เราถูกกดดัน เราก็มีความทุกข์  
ดขึ้น แล้วเราก็ได้แต่ร้องขึ้นมาในใจ  
วญว่า ทำไมมันจึงเป็นอย่างนั้นหนอ  
อย่างนี้หนอ แล้วก็ถูกความทุกข์  
หมกมุ่นขึ้นไป

## กระแสเดียวได้ สำเร็จ

ทำกันความจริง เขาศึกษาธรรม  
ความจริงก็ต้องเป็นความจริง คือ  
งามกฎธรรมชาติ โดยเป็นไปตาม  
จะเอาความอยากของเราไปเป็นตัว  
เพราะฉะนั้นเพียงแต่ให้รู้เข้าใจว่ามัน  
หรือกำหนดว่าเราต้องการอย่างไร  
ความรู้ว่า มันจะเป็นอย่างนั้นได้ก็  
มเหตุปัจจัย

ฉะนั้น ถ้าเราต้องการให้มันเป็นอย่างใด หรือ  
มันควรจะเป็นอย่างใด เราก็ต้องไปศึกษาเหตุปัจจัย  
ของมัน เมื่อใช้ปัญญาศึกษาเหตุปัจจัยของมัน และ  
รู้เหตุปัจจัยแล้ว จะให้มันเป็นอย่างไร เราก็ไปทำเหตุ  
ปัจจัยที่จะให้มันเป็นอย่างนั้น ถ้าจะไม่ให้เป็นอย่างโน้น  
เราก็ไปป้องกันกำจัดเหตุปัจจัยที่จะให้เป็นอย่างโน้น  
ถ้าต้องการจะให้มันเป็นไปตามที่เรากำหนดหรือตามที่มัน  
ควรจะเป็น แล้วเราศึกษาเหตุปัจจัย รู้เหตุปัจจัย และ  
ไปทำที่เหตุปัจจัยให้เป็นไปอย่างที่เราต้องการ ก็เกิด  
ผลสำเร็จขึ้น

เมื่อเรารู้และทำอย่างนี้ กระแสของเราก็เปลี่ยน  
จากกระแสความอยาก (กระแสตัณหา) มาเป็นกระแส  
ปัญญา จะเห็นได้ชัดเจนว่า กระแสปัญญานี้กลมกลืน  
เป็นอันเดียวกับกระแสเหตุปัจจัยของธรรมชาติ เพราะ  
กระแสเหตุปัจจัยเป็นไปอย่างไร กระแสปัญญาก็รู้ไป  
ตามนั้น เมื่อเป็นอย่างนี้ กระแสของคนกับกระแสของ  
ธรรมชาติ ก็กลายเป็นกระแสเดียวกัน เท่ากับว่าตอนนี้  
เหลือกระแสเดียว คือกระแสเหตุปัจจัยที่เราเข้าไปสัมพันธ์  
ด้วยปัญญา

เมื่อกระแสนของชน (กระแสปัญญา ของเรา) กับ กระแสนของธรรม (กระแสเหตุปัจจัย ของกฎธรรมชาติ) ประสานกลมกลืนเป็นกระแสเดียวกัน ความขัดแย้ง บีบคั้นปะทะกระแทกกันก็ไม่มี

สรุปว่า มีความสัมพันธ์ระหว่างกระแส ๒ แบบ คือสองกระแสที่ปะทะขัดแย้งกัน กับสองกระแสที่ ประสานกลมกลืนเป็นกระแสเดียวกัน

สองกระแสที่ปะทะขัดแย้งกัน ก็คือ กระแส ความอยากของตัวเราที่เราสร้างขึ้นใหม่ กับกระแส เหตุปัจจัยของกฎธรรมชาติที่มีอยู่เดิมตามธรรมดา ของมัน กระแสความอยากของเรา ก็คือการทำที่จะให้ สิ่งทั้งหลายเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ ตามใจตัวเรา โดย ไม่มองไม่รับรู้ว่สิ่งทั้งหลายจะต้องเป็นไปอย่างไร ๆ ตามเหตุปัจจัยของกฎธรรมชาติ เมื่อเราจะให้สิ่งนั้น เป็นไปอย่างหนึ่งตามกระแสความอยากของเรา แต่ สิ่งนั้นมันเป็นไปเสียอีกอย่างหนึ่งตามกระแสเหตุปัจจัย ของกฎธรรมชาติ กระแสนของชน กับกระแสของ ธรรม (ชาติ) ก็แตกต่างกันเป็นสองกระแส แล้วสอง กระแสนี้ก็ปะทะกระแทกขัดแย้งกัน และเมื่อกระแส

ของเราแพ้ เราก็ถูกกดถูกอัดถูกบีบคั้น อย่างที่ว่ามาแล้ว

กระแสที่ประสานกลมกลืน ก็คือ กระแสปัญญาของเรา กับ กระแสนของกฎธรรมชาติ ถ้าเราใช้ปัญญา มองเห็นไปตามเหตุปัจจัยที่เป็นไปอยู่ ปัญญาคอยมองคอยดูให้รู้เข้าถึงและ ปัจจัย กระแสปัญญาของเรา จึงปะทะ กระแสเหตุปัจจัยของกฎธรรมชาติ ของชน กับกระแสของธรรม(ชาติ) กลายเป็นกระแสเดียวกัน ไม่มีการปะทะ เพราะไม่มีตัวตนของเราที่จะมาถูกกด

เป็นอันว่า ตอนแรกสองกระแส ความอยากของเรา หรือกระแสตัวตน กระแสนของชน กับกระแสเหตุปัจจัย เรียกง่าย ๆ ว่า กระแสนของธรรม ตั เพราะแยกต่างหากไปกันคนละทาง แต่พอเราใช้ปัญญา เราก็เข้าถึงกร

สของคน (กระแสปัญญา ของเรา) กับ  
(กระแสเหตุปัจจัย ของกฎธรรมชาติ)  
เป็นกระแสเดียวกัน ความขัดแย้ง  
เพิกกันก็ไม่มี

มีความสัมพันธ์ระหว่างกระแส ๒ แบบ  
ปะทะขัดแย้งกัน กับสองกระแสที่  
เป็นกระแสเดียวกัน

สิ่งที่ปะทะขัดแย้งกัน ก็คือ กระแส  
ที่เราที่เราสร้างขึ้นใหม่ กับกระแส  
กฎธรรมชาติที่มีอยู่เดิมตามธรรมดา  
ความอยากของเรา ก็คือการทำที่จะให้  
อย่างนั้นเป็นอย่างนี้ ตามใจตัวเรา โดย  
สิ่งทั้งหลายจะต้องเป็นไปอย่างไร ๆ  
กฎธรรมชาติ เมื่อเราจะให้สิ่งนั้น  
ตามกระแสความอยากของเรา แต่  
เสียอีกอย่างหนึ่งตามกระแสเหตุปัจจัย  
คือ กระแสของคน กับกระแสของ  
แตกต่างกันเป็นสองกระแส แล้วสอง  
กระแสขัดแย้งกัน และเมื่อกระแส

ของเราแพ้ เราก็ถูกกดถูกอัดถูกบีบคั้น เรียกว่าเกิดทุกข์  
อย่างที่ว่ามาแล้ว

กระแสที่ประสานกลมกลืนเป็นกระแสเดียวกัน  
ก็คือ กระแสปัญญาของเรา กับกระแสเหตุปัจจัย  
ของกฎธรรมชาติ ถ้าเราใช้ปัญญา ปัญญานั้นก็รู้เข้าใจ  
มองเห็นไปตามเหตุปัจจัยที่เป็นไปอยู่ตามกฎธรรมชาติ  
ปัญญาคอยมองคอยดูให้รู้เข้าถึงและเท่าทันกระแสเหตุ  
ปัจจัย กระแสปัญญาของเรา จึงประสานกลมกลืนกับ  
กระแสเหตุปัจจัยของกฎธรรมชาติ เรียกว่า กระแส  
ของคน กับกระแสของธรรม(ชาติ) ประสานกลมกลืน  
กลายเป็นกระแสเดียวกัน ไม่มีการปะทะหรือขัดแย้งกัน  
เพราะไม่มีตัวตนของเราที่จะมาถูกกดถูกอัดถูกบีบ

เป็นอันว่า ตอนแรกสองกระแส คือ กระแส  
ความอยากของเรา หรือกระแสตัณหา เรียกง่าย ๆ ว่า  
กระแสของคน กับกระแสเหตุปัจจัยของกฎธรรมชาติ  
เรียกง่าย ๆ ว่า กระแสของธรรม ต้องปะทะขัดแย้งกัน  
เพราะแยกต่างหากไปกันคนละทาง และไม่รู้เรื่องกัน  
แต่พอเราใช้ปัญญา เราก็เข้าถึงกระแสเหตุปัจจัยเลย

กระแสความอยากไม่เกิดขึ้น กระแสของคนคือกระแสปัญหา กับกระแสของธรรมคือกระแสเหตุปัจจัย ก็จึงประสานกลมกลืนกันเหลือกระแสเดียว

เมื่อกระแสของคนเปลี่ยนจากกระแสตัณหา มาเป็นกระแสปัญญาแล้ว การที่เราจะต้องขัดแย้งปะทะ กระแทกกับกระแสของธรรมชาติ หรือกระแสธรรม และจะต้องถูกกดถูกอัดถูกบีบ เพราะเราพmanship ก็ไม่มีอีกต่อไป กลายเป็นว่ากระแสของคนกับกระแสของธรรมประสานกลมกลืนไปด้วยกัน กลายเป็นกระแสเดียวกัน ไม่มีความขัดแย้งปะทะกระแทกกันต่อไปอีก

เมื่อกระแสของคน กับกระแสของธรรม ประสานกลมกลืนกันเป็นกระแสเดียวแล้ว ไม่ว่าสิ่งทั้งหลายจะเป็นไปตามเหตุปัจจัยอย่างไร เราก็รู้เหตุปัจจัยอย่างนั้น แล้วก็ทำที่เหตุปัจจัย ดังนั้นจึงทั้งทำได้ผลด้วย แล้วก็ไม่ทุกข์ด้วย เมื่อทำได้แค่นั้น เราก็รู้ว่ำนั่นคือตามเหตุปัจจัย หรือเท่าที่จะได้จะเป็นตามเหตุปัจจัย ถ้ามันไม่สำเร็จ เราก็รู้ว่าเพราะเหตุปัจจัยไม่เพียงพอ หรือเหตุปัจจัยบางอย่างสุดวิสัยที่เราจะทำได้ เรารู้เข้าใจ

แล้วก็ไม่คร่ำครวญโอดโอยว่าทำไมไม่ทุกข์ ฉะนั้น ด้วยความรู้เข้าใจ ทั้งทำงานก็ได้ผล ทั้งใจคนก็ไม่เป็นสุขอย่างเดียว

**ปัญญามานำ มองตามเหตุปัจจัย  
ตัวเองก็สบาย แล้วยังช่วยคน**

ฉะนั้น ชาวพุทธจะต้องตั้งหเวลาามองสิ่งต่าง ๆ จะไม่มองตัวไม่พอใจ แต่มองด้วยปัญญาที่ว่าตั้งหลักไว้ในใจอย่างนี้ตั้งแต่ต้น พัฒนาไม่ได้เรียนรู้พุทธศาสนา ก็จะต้องมองสิ่งทั้งหลาย ก็มองด้วยท่าทีอยากอย่างนั้น อยากอย่างนี้ ชอบใจ ประสพการณ์อะไรก็เอาความชอบใจ หรือมีปฏิริยาชอบใจหรือไม่ชอบใจ

สำหรับชาวพุทธจะไม่เอาความหรือความชอบชั่งของตัณหามาเป็นตัว

ไม่เกิดขึ้น กระแสของคนคือกระแส  
ของธรรมชาติคือกระแสเหตุปัจจัย ก็จึง  
เหลือกระแสเดียว

ของคนเปลี่ยนจากกระแสต้นหา  
แล้ว การที่เราจะต้องขัดแย้งปะทะ  
ของธรรมชาติ หรือกระแสธรรม  
อัดอุนตบ เพราะเราแพ้มัน ก็ไม่มี  
ป็นว่ากระแสของคนกับกระแสของ  
กาลินไปด้วยกัน กลายเป็นกระแส  
ขัดแย้งปะทะกระแทกกันต่อไปอีก

องคน กับกระแสของธรรม ประสาน  
แสดเดียวแล้ว ไม่ว่าสิ่งทั้งหลายจะ  
อย่างไร เราก็รู้เหตุปัจจัยอย่างนั้น  
1 ดังนั้นจึงทั้งทำได้ผลด้วย แล้วก็  
ได้แค่นั้น เราก็รู้ว่านั้นคือตามเหตุ  
จะได้จะเป็นตามเหตุปัจจัย ถ้ามัน  
เพราะเหตุปัจจัยไม่เพียงพอ หรือ  
สุดวิสัยที่เราจะทำได้ เรารู้เข้าใจ

แล้วก็ไม่คร่ำครวญโอดโอยว่าทำไมหนอ ๆ เราก็  
ไม่ทุกข์ ฉะนั้น ด้วยความรู้เข้าใจอย่างนี้จะทำให้เรา  
ทั้งทำงานก็ได้ผล ทั้งใจคนก็ไม่เป็นทุกข์ มีแต่จะเป็น  
สุขอย่างเดียว

## ปัญญาমানำ มองตามเหตุปัจจัย ตัวเองก็สบาย แถมยังช่วยคนอื่นอีก

ฉะนั้น ชาวพุทธจะต้องตั้งหลักไว้ในใจแต่ต้นว่า  
เวลามองสิ่งต่าง ๆ จะไม่มองด้วยความชอบใจหรือไม่ชอบใจ  
แต่มองด้วยปัญญาที่ว่ามองตามเหตุปัจจัย  
ตั้งหลักไว้ในใจอย่างนี้ตั้งแต่ต้น คนที่ไม่ได้ฝึกไม่ได้  
พัฒนาไม่ได้เรียนรู้พุทธศาสนา ก็จะตั้งท่าผิด เริ่มตั้งแต่  
มองสิ่งทั้งหลาย ก็มองด้วยท่าทีของความรู้สึกที่ว่า  
อยากอย่างนั้น อยากอย่างนี้ ชอบใจไม่ชอบใจ พอรับรู้  
ประสบการณ์อะไรก็เอาความชอบใจไม่ชอบใจเข้าไปจับ  
หรือมีปฏิกิริยาชอบใจหรือไม่ชอบใจไปตามความรู้สึก

สำหรับชาวพุทธจะไม่เอาความชอบใจไม่ชอบใจ  
หรือความชอบชังของตัณหาเป็นตัวตัดสิน เป็นตัวนำ



วิถีชีวิต หรือเป็นตัวบ่งการพฤติกรรม แต่เอาปัญญามานำ การที่จะเอาปัญญามานำนั้น ถ้าเรายังไม่มีปัญญาพอ หรือยังไม่ชำนาญก็ตั้งหลักในใจก่อน คือตั้งหลักที่จะเป็นจุดเริ่มต้นให้แก่ปัญญา วิธีตั้งหลักในเมื่อยังไม่มีปัญญาพอ ก็คือ ทำเป็นคติไว้ในใจ เวลาเกิดอะไร เจออะไร บอกใจว่ามองตามเหตุปัจจัยนะ พอทำอย่างนี้ ปัญหาหมดไปตั้งครึ่งตั้งค่อนเลย เช่น คนมีทุกข์หรือคนจะโกรธ พอบอกว่ามองตามเหตุปัจจัยเท่านั้นแหละ ความทุกข์หรือความโกรธก็สะกดชะงักหรือลดลงไปเลย

เพราะฉะนั้น เราประสบปัญหาอะไร เจอสถานการณ์อะไร แม้แต่ในความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ให้เราตั้งใจวางท่าทีไว้ว่า มองตามเหตุปัจจัย พอมองตามเหตุปัจจัย เราก็ต้องใช้ปัญญาคิดพิจารณา ปัญญา ก็เริ่มต้นทำงาน กิเลสและความทุกข์ก็ถูกกันออกไป เข้ามาไม่ได้ แต่ถ้าเราไม่มองตามเหตุปัจจัย เราก็จะมองด้วยความชอบชัง พอมองตามความชอบชัง ปัญหา ก็เกิดขึ้นในจิตใจของเรา เป็นความกระทบกระทั่ง

บีบคั้นปะทะกัน ชุ้นมัว หรือตื่นเต้นไปตาม แล้วปัญหานั้นก็จะขยายออก

พอมองตามเหตุปัจจัยเราจะไร จะคิดเหตุผล เราจะหาความจริง และปฏิบัติต่อบุคคลนั้น เรื่องนั้น กรณี แล้วเราก็จะมองผู้อื่นด้วยความเข้าใจ เข้ามามีอาการกิริยาหรือวาจากระทบ มองตามเหตุปัจจัย บางทีเรากลายเป็นเขา มาด้วยท่าทีอย่างนี้ แสดงออกอยู่กระทบ ก็เกิดความโกรธ แต่ถ้าเราเหตุปัจจัยนี้ เราก็เริ่มคิดว่า เออ เจออะไรของเขา ตอนนี่เราจะเริ่มคิดถึงปัจจัย ก็จะคิดช่วยแก้ไข ใจเราโล่งออกไปนอกระแวกอยู่กับตัว ก็เลยไม่เกิดเป็นตัวเขาเองอาจจะมีปัญหา เขาอาจจะไม่ หรืออาจจะมีปมอะไร เรามองด้วยความสงสัยหาเหตุปัจจัย พอเราเข้าใจเขา และเกิดความสงสารเขา กลายเป็นคิด

วนของการพฤติกรรม แต่เอาปัญญา  
มาปัญญามานำนั้น ถ้าเรายังไม่มี  
ไม่ชำนาญก็ตั้งหลักในใจก่อน คือ  
เริ่มต้นให้แก่ปัญญา วิธีตั้งหลัก  
พอ ก็คือ ทำเป็นคติไว้ในใจ เวลา  
ร บอกใจว่ามองตามเหตุปัจจัยนะ  
หาหมดไปตั้งครึ่งตั้งค่อนเลย เช่น  
โกรธ พอบอกว่ามองตามเหตุปัจจัย  
ามทุกข์หรือความโกรธก็สะกดชะงัก

น เราประสบปัญหาอะไร เจอ  
แม้แต่ในความสัมพันธ์ระหว่าง  
จวางท่าที่ไว้ว่า มองตามเหตุปัจจัย  
ัย เราก็ต้องใช้ปัญญาคิดพิจารณา  
งาน ก็เลสและความทุกข์ก็ถูกกัน  
ได้ แต่ถ้าเราไม่มองตามเหตุปัจจัย  
วมชอบขี้ง พอมองตามความชอบขี้  
ดใจของเรา เป็นความกระทบกระทั่ง

บีบคั้นปะทะกัน ชุณมัว หรือตื่นเต้นลงโลดหล่นไหล  
ไปตาม แล้วปัญหานั้นก็จะขยายออกมาข้างนอกด้วย

พอมองตามเหตุปัจจัยเราจะไม่เกิดปัญหา เรา  
จะคิดเหตุผล เราจะหาความจริง และได้ความรู้ที่จะ  
ปฏิบัติต่อบุคคลนั้น เรื่องนั้น กรณีนั้นได้โดยถูกต้อง  
แล้วเราก็จะมองผู้อื่นด้วยความเข้าใจ เช่นถ้ามีผู้อื่น  
เข้ามามีอาการกิริยาหรือวาทะกระทบกระทั่งเรา เรา  
มองตามเหตุปัจจัย บางทีเรากลายเป็นสงสารเขา คนนี้  
เขามาด้วยท่าทีอย่างนี้ แสดงออกอย่างนี้ ถ้าเราไปรับ  
กระทบ ก็เกิดความโกรธ แต่ถ้าเราถือหลักมองตาม  
เหตุปัจจัยนี้ เราก็เริ่มคิดว่า เออ เขาอาจจะมีปัญหา  
อะไรของเขา ตอนนี้เราจะเริ่มคิดถึงปัญหาของเขา แล้ว  
ก็จะคิดช่วยแก้ไข ใจเราโล่งออกไปนอกตัว ไม่อันกด  
กระแทกอยู่กับตัว ก็เลยไม่เกิดเป็นปัญหาแก่ตัวเรา  
ตัวเขาเองอาจจะมีปัญหา เขาอาจจะไม่สบายใจอะไรมา  
หรืออาจจะมีปมอะไร เรามองด้วยความเข้าใจ และ  
สืบทอดเหตุปัจจัย พอเราเข้าใจเขา เราเองก็สบายใจ  
และเกิดความสงสารเขา กลายเป็นคิดจะช่วยเหลือไป

## ประโยชน์สุขที่สมบูรณ์จะเกิดขึ้นได้ จิตใจต้องมีอิสรภาพ

การตั้งหลักในใจ เพื่อเป็นจุดเริ่มให้ปัญญามา  
นำจิต หรือเพื่อให้จิตเข้าสู่กระแสปัญญา. อีกวิธีหนึ่ง  
คือการมองตามคุณค่า หมายความว่า เมื่อพบเห็น  
เจอะเจอหรือเกี่ยวข้องกับบุคคล สิ่งหรือสถานการณ์  
ใด ๆ ก็ไม่ให้มองตามชอบใจไม่ชอบใจของตัวเอง  
แต่มองดูคุณโทษ ข้อดี ข้อเสีย และประโยชน์ที่จะเอา  
มาใช้ให้ได้จากสิ่งหรือบุคคลนั้น

การมองตามคุณค่าของสิ่งนั้น ๆ ก็ตรงข้ามกับ  
การมองตามชอบใจไม่ชอบใจ หรือชอบชังของตัวเอง  
เช่นเดียวกับการมองตามเหตุปัจจัย แต่มีวัตถุประสงค์  
เพื่อให้ได้ประโยชน์จากประสบการณ์หรือสถานการณ์  
ที่เราเกี่ยวข้องกับทุกอย่าง โดยเฉพาะในการที่จะเอามา  
พัฒนาชีวิตจิตใจของเราให้ก้าวหน้าตงามสมบูรณ์ยิ่งขึ้น  
ไม่ว่าพบเห็นประสบอะไรก็หาประโยชน์หรือมองให้เห็น  
ประโยชน์จากมันให้ได้ อย่างที่ว่า แม้แต่ได้ฟังคำเขาด่า

หรือพบหนูดายอยู่ข้างทาง ก็มอง  
ขึ้นมาให้ได้

การมองตามเหตุปัจจัย  
ความจริง ส่วนการมองตามคุณค่า  
ประโยชน์ แต่ทั้งสองวิธีเป็นการม  
ไม่ใช่มองตามความชอบชังของตัวเอง  
มันเป็น เป็นกระแสของปัญญา เอา  
มานำชีวิต ส่วนการมองตามชอบใจ  
ชอบชังของเรา เป็นกระแสของตัณ  
ชอบชังมานำชีวิต

การมองตามเหตุปัจจัย  
ความจริง เป็นการมองตามทีล  
ตามสภาวะแท้ ๆ เรียกว่าเป็นขั้น  
ของการที่จะเข้าถึงประโยชน์สุขระ  
ส่วนการมองตามคุณค่า ซึ่งเป็นการ  
แม้จะเป็นการมองตามทีลนั้นเป็น  
ตามสภาวะแท้ ๆ เรียกว่ายังอยู่ใน  
เป็นวิธีปฏิบัติสำหรับประโยชน์สุขใน

## ที่สมบรูณ์จะเกิดขึ้นได้ สภาพ

ลึกในใจ เพื่อเป็นจุดเริ่มให้ปัญญามา  
วจให้จิตเข้าสู่กระแสปัญญา อีกวิธีหนึ่ง  
คุณค่า หมายความว่า เมื่อพบเห็น  
เกี่ยวข้องกับบุคคล สิ่งหรือสถานการณ์  
ไม่มองตามชอบใจไม่ชอบใจของตัวเอง  
ข้อดี ข้อเสีย และประโยชน์ที่จะเอา  
หรือบุคคลนั้น

ตามคุณค่าของสิ่งนั้น ๆ ก็ตรงข้ามกับ  
ใจไม่ชอบใจ หรือชอบชังของตัวเอง  
มองตามเหตุปัจจัย แต่มีวัตถุประสงค์  
ขึ้นจากประสบการณ์หรือสถานการณ์  
อย่าง โดยเฉพาะในการที่จะเอามา  
ของเราให้ก้าวหน้าดังงามสมบรูณ์ยิ่งขึ้น  
สอะไรก็หาประโยชน์หรือมองให้เห็น  
ให้ได้ อย่างที่ว่า แม้แต่ได้ฟังคำเขาด่า

หรือพบหนูดายอยู่ข้างทาง ก็มองให้เกิดมีประโยชน์  
ขึ้นมาให้ได้

การมองตามเหตุปัจจัย เป็นวิธีมองให้เห็น  
ความจริง ส่วนการมองตามคุณค่า เป็นวิธีมองให้ได้  
ประโยชน์ แต่ทั้งสองวิธีเป็นการมองตามที่ตั้งนั้นเป็น  
ไม่ใช่มองตามความชอบชังของตัวเอง การมองตาม  
มันเป็น เป็นกระแสของปัญญา เอาปัญญาที่รู้ความจริง  
มานำชีวิต ส่วนการมองตามชอบใจไม่ชอบใจหรือตาม  
ชอบชังของเรา เป็นกระแสของตัณหา เอาตัณหาที่  
ชอบชังมานำชีวิต

การมองตามเหตุปัจจัย ซึ่งเป็นการมองหา  
ความจริง เป็นการมองตามที่ตั้งนั้นมันเป็นของมัน  
ตามสภาวะแท้ ๆ เรียกว่าเป็นขั้น *ปรมัตถ์* เป็นเรื่อง  
ของการที่จะเข้าถึงประโยชน์สุขระดับที่สามโดยตรง  
ส่วนการมองตามคุณค่า ซึ่งเป็นการมองให้ได้ประโยชน์  
แม้จะเป็นการมองตามที่ตั้งนั้นเป็น แต่ก็ไม่ถึงกับ  
ตามสภาวะแท้ ๆ เรียกว่ายังอยู่ในขั้นที่เกี่ยวกับสมมติ  
เป็นวิธีปฏิบัติสำหรับประโยชน์สุขในระดับที่สอง แต่

ในตอนก่อนนั้นไม่ได้พูดไว้ จึงพูดไว้ในตอนนี้ด้วย เพราะเป็นเรื่องประเภทเดียวกัน

เป็นอันว่า ให้ใช้หลักของปัญญา นี่เป็นวิธีเบื้องต้นที่จะให้ปัญญามานำชีวิต ต่อไปเราก็จะมีแต่กระแสปัญญา กระแสความรู้เหตุปัจจัย . เราก็จะดำเนินชีวิตที่ปราศจากปัญหาและมีจิตใจเป็นอิสระ จนกระทั่งสิ่งทั้งหลายที่เกิดขึ้นเป็นไปตามกฎธรรมชาติ มีความไม่เที่ยง เป็นอนิจจัง คงอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ เป็นทุกขัง ไม่มีตัวตนยังยืนตายตัว แต่เป็นไปตามเหตุปัจจัย เมื่อเรารู้เข้าใจอย่างนี้แล้ว สิ่งทั้งหลายที่เป็นอย่างนั้น มันก็เป็นไปตามกฎธรรมชาติ โดยที่ว่ามันก็เป็นของมันอย่างนั้นเอง แต่มันไม่ติงหรือลากเอาจิตใจของเราเข้าไปทับกดบดขยี้ภายใต้ความผันผวนปรวนแปรของมันด้วย เราก็ปล่อยให้ทุกข์ที่มีอยู่ตามธรรมดาของธรรมชาติเป็นทุกข์ของธรรมชาติไปตามเรื่องของมัน ไม่กลายมาเป็นทุกข์หรือก่อให้เกิดทุกข์ในใจของเรา

ถ้าใช้ปัญญาทำจิตใจให้เป็นอิสระถึงขั้นนี้ได้ ก็เรียกว่ามาถึงประโยชน์สูงสุดระดับสูงสุด ซึ่งเป็นระดับที่ ๓

ระดับที่ ๓ ได้แก่ ประโยชน์สูงสุด ที่เป็นโลกุตตระ เป็นเรื่องของจิตเหนือกระแสโลก เนื่องจากมีปัญญาที่รู้ของโลกและชีวิต อย่างที่ว่าอยู่ในโลกและไม่เป็นโลก เหมือนใบบัวไม่ติดน้ำ เรียกด้วยภาษาวิชาการว่า *ปรมัตถะ* สูงสุด

ผู้ที่พัฒนาปัญญาไปถึงประโยชน์อยู่ในโลกโดยที่มิได้ได้รับประโยชน์ขั้นที่สมบูรณ์แล้ว ยังไม่ถูกกระทบกระทั่ง ไม่เข้ามาครอบงำบีบคั้นด้วย ฉะนั้น ธรรมชาติก็มีไป แต่มันไม่เกิดเป็นคือนิจจังก็เป็นไปของมัน ใจเราไม่ผันไปด้วย จึงมาถึงขั้นที่เรียกว่าถูกโลภไม่หวั่นไหว

**อิสรชน** คือคนที่ไม่ยุบไม่พอง

**โลกธรรม** ก็คือสิ่งที่มีอยู่และตามธรรมดาของโลก โดยเฉพาะ

ได้พูดไว้ จึงพูดไว้ในตอนนี้ด้วย  
ประเภทเดียวกัน

ให้ใช้หลักของปัญญา นี่เป็นวิธี  
ญามานำชีวิต ต่อไปเราก็จะมีแต่  
ระแแสความรู้เหตุปัจจัย เราก็จะ  
จากปัญหาและมีจิตใจเป็นอิสระ  
ายที่เกิดขึ้นเป็นไปตามกฎธรรมชาติ  
อนิจจัง คงอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้  
นยังยืนตายตัว แต่เป็นไปตามเหตุ  
าใจอย่างนี้แล้ว สิ่งทั้งหลายที่เป็น  
ไปตามกฎธรรมชาติ โดยที่ว่า  
งนั่นเอง แต่มันไม่ดึงหรือลากเอา  
กับกดบดขยี้ภายใต้ความผันผวน  
ย เราก็ปล่อยให้ทุกข์ที่มีอยู่ตาม  
าติเป็นทุกข์ของธรรมชาติไปตาม  
ายมาเป็นทุกข์หรือก่อให้เกิดทุกข์ใน

ำจิตใจให้เป็นอิสระถึงขั้นนี้ได้ ก็  
์สุขระดับสูงสุด ซึ่งเป็นระดับที่ ๓

ระดับที่ ๓ ได้แก่ ประโยชน์สุขที่เป็นนามธรรม  
ชั้นที่เป็นโลกุตตระ เป็นเรื่องของจิตใจที่เป็นอิสระอยู่  
เหนือกระแสโลก เนื่องจากมีปัญญาที่รู้เท่าทันความจริง  
ของโลกและชีวิต อย่างที่ว่าอยู่ในโลกแต่ไม่ติดโลก หรือ  
ไม่เปื้อนโลก เหมือนใบบัวไม่ติดน้ำ หรือไม่เปียกน้ำ  
เรียกว่าภาษาวิชาการว่า *ปรมัตถะ* แปลว่า ประโยชน์  
สูงสุด

ผู้ที่พัฒนาปัญญาไปถึงประโยชน์สูงสุดนี้ นอกจาก  
อยู่ในโลกโดยที่มิได้รับประโยชน์ชั้นที่หนึ่งและชั้นที่สอง  
สมบูรณ์แล้ว ยังไม่ถูกกระทบกระทั่ง ไม่ถูกกฎธรรมชาติ  
เข้ามาครอบงำบีบคั้นด้วย ฉะนั้น ความทุกข์ที่มีใน  
ธรรมชาติดีมิไป แต่มันไม่เกิดเป็นความทุกข์ในใจเรา  
อนิจจังก็เป็นไปของมัน ใจเราไม่ผันผวนปรวนแปร  
ไปด้วย จึงมาถึงขั้นที่เรียกว่าถูกโลกธรรมกระทบก็  
ไม่หวั่นไหว

**อิสรชน คือคนที่ไม่ยุบไม่พอง**

*โลกธรรม* ก็คือสิ่งที่มีอยู่และเกิดขึ้นเป็นประจำ  
ตามธรรมดาของโลก โดยเฉพาะเหตุการณ์ผันผวน

ปรวนแปรไม่แน่นอนต่าง ๆ ในทางดีบ้าง ร้ายบ้าง  
 อย่างที่เราเรียกกันว่าโชคและเคราะห์ ซึ่งมนุษย์ทั้ง  
 หลายจะต้องประสบตามกระแสแห่งความเปลี่ยนแปลง  
 มนุษย์อยู่ในโลกก็ต้องถูกโลกธรรมกระทบกระทั่ง  
 โลกธรรมมีอะไรบ้าง

- |             |              |
|-------------|--------------|
| ๑. ได้ลาภ   | ๒. เสื่อมลาภ |
| ๓. ได้ยศ    | ๔. เสื่อมยศ  |
| ๕. สรรเสริญ | ๖. นินทา     |
| ๗. สุข      | ๘. ทุกข์     |

มนุษย์อยู่ในโลกนี้จะต้องถูกสิ่งเหล่านี้กระทบ  
 กระทั่ง และถ้าไม่รู้เท่าทัน ก็ถูกมันครอบงำ เป็นไป  
 ตามอิทธิพลของมัน เวลาพบฝ่ายดีที่ชอบใจ ก็ฟู เวลา  
 เจอะฝ่ายร้ายที่ไม่ชอบใจ ก็แฟบ พอได้ก็พอง แต่พอ  
 เสียก็ยุบ

ฟู ก็คือ ตื่นเต้นดีใจ ปลาบปลื้ม ลิงโลด  
 กระโดดโลดเต้น หรือแม้แต่ห่อเหิมไป

แฟบ ก็คือ ห่อเหี่ยว เศร้าโศก เสียใจ ท้อแท้  
 หรือแม้แต่ตรอมตรม ระทม คับแค้นใจ

พอง คือ ผยอง ลำพองตน  
 อาจะถึงกับดูถูกดูหมิ่น หรือใช้ทรัพย์สิน  
 รังแกผู้อื่น

ยุบ คือ หดเรี่ยวแรง หดกำ  
 ดูถูกตัวเอง หันเหออกจากวิถีแห่งคุณ  
 ความดี ตลอดจนอุดมคติที่เคยยึดถือ

ชีวิตในโลกก็เป็นอย่างนี้แหละ  
 ความจริงว่า เราอยู่ในโลก ย่อมไม่พ้น  
 ไม่พ้น จะต้องพบต้องเจอจะเจอเกี่ยวข้อ  
 ไปเอาจริงเอาจังกับมันจนถึงกับลุ่มหลงยิ  
 ครอบจะมองในแง่ที่ว่าทำอะไรจะปฏิบัติ  
 คืออยู่ด้วยความรู้เท่าทัน ถ้าเรารู้เท่าทัน  
 ปฏิบัติต่อโลกธรรมเหล่านี้ได้ดี เป็นคนที่  
 ไม่ยุบไม่พอง และยังเอามันมาใช้ประโยชน์

ถ้าโชคมา ฉันจะมอบมันให้เป็น  
 มวลประชา

ถ้าโลกธรรมฝ่ายดีที่น่าปรารถนา  
 เรารู้เท่าทัน และปฏิบัติต่อมันได้ถูกต้อง

ในอนต่าง ๆ ในทางดีบ้าง ร้ายบ้าง  
กันว่าโชคและเคราะห์ ซึ่งมนุษย์ทั้ง  
จะสับตามกระแสแห่งความเปลี่ยนแปลง  
ก็จะต้องถูกโลกธรรมกระทบกระทั่ง  
บ้าง

- |        |              |
|--------|--------------|
| จาก    | ๒. เลื่อมลาม |
| ยศ     | ๔. เลื่อมยศ  |
| รเสรีญ | ๖. นิินทา    |
|        | ๘. ทุกข์     |

อยู่ในโลกนี้จะต้องถูกละสิ่งเหล่านี้กระทบ  
ไม่รู้เท่าทัน ก็ถูกมันครอบงำ เป็นไป  
มัน เวลาพบฝ่ายดีที่ชอบใจ ก็ฟู เวลา  
ไม่ชอบใจ ก็แฟบ พอได้ก็พอง แต่พอ

ดินแดนดีใจ ปลาบปลื้ม ลิงโลด  
หรือแม้แต่เห่อเหิมไป  
อ ห่อเหี่ยว เศร้าโศก เสียใจ ท้อแท้  
ธรรม ระทม คับแค้นใจ

พอง คือ ฝยอง ลำพองตน ลืมตัว มัวเมา  
อาจจะถึงกับดูถูกดูหมิ่น หรือใช้ทรัพย์ใช้อำนาจข่มเหง  
รังแกผู้อื่น

ยุบ คือ หมดเรี่ยวแรง หมดกำลัง อาจถึงกับ  
ดูถูกตัวเอง หันเหออกจากวิถีแห่งคุณธรรม ละทิ้ง  
ความดี ตลอดจนอุดมคติที่เคยยึดถือ

ชีวิตในโลกก็เป็นอย่างนี้แหละ เราต้องยอมรับ  
ความจริงว่า เราอยู่ในโลก ย่อมไม่พ้นสิ่งเหล่านี้ เมื่อ  
ไม่พ้น จะต้องพบต้องเจอเจอเกี่ยวข้องกับมัน ก็อย่า  
ไปเอาจริงเอาจังกับมันจนถึงกับลุ่มหลงยึดเป็นของตัวเอง  
ควรจะมีมองในแง่ที่ว่าทำอะไรจะปฏิบัติต่อมันให้ถูกต้อง  
คืออยู่ด้วยความรู้เท่าทัน ถ้าเรารู้เท่าทันแล้ว เราจะ  
ปฏิบัติต่อโลกธรรมเหล่านี้ได้ดี เป็นคนที่ไม่ฟูไม่แฟบและ  
ไม่ยุบไม่พอง และยังเอามันมาใช้ประโยชน์ได้อีกด้วย

**ถ้าโชคมา ฉันจะมอบมันให้เป็นของขวัญแก่  
มวลประชา**

ถ้าโลกธรรมฝ่ายดีที่น่าปรารถนาเกิดขึ้น แล้ว  
เรารู้เท่าทัน และปฏิบัติต่อมันได้ถูกต้อง โลกธรรม



เหล่านั้นก็ไม่ก่อให้เกิดพิษภัยแก่เราและแก่ใคร ๆ ยิ่งกว่านั้น ยังกลายเป็นเครื่องมือสำหรับทำความดีงาม สร้างสรรค์ประโยชน์สุขให้เพิ่มพูนยิ่งขึ้นอีกด้วย วิธีปฏิบัติต่อโลกธรรมฝ่ายดีที่สำคัญ คือ

๑. **รู้ทันธรรมดา** คือรู้ความจริงว่า เออ ที่เป็นอย่างนี้ มันก็เป็นของมีได้เป็นได้เป็นธรรมดาตามเหตุปัจจัย เมื่อมันมาก็ดีแล้ว แต่มันไม่เที่ยงแท้แน่นอน ผันแปรได้นะ มันเกิดขึ้นได้ มันก็หมดไปเสื่อมไปได้ ยามได้ฝ่ายดีที่น่าชอบใจ จะเป็นได้ลาภ ได้ยศ ได้สรรเสริญ ได้สุขก็ตาม เราก็ตีใจ ปลาบปลื้มใจ เรามีสิทธิ์ที่จะดีใจ แต่ก็อย่าไปมัวเมาหลงใหล ถ้าไปมัวเมาหลงใหลแล้ว สิ่งเหล่านี้ก็จะกลับกลายเป็นเหตุแห่งความเสื่อมของเรา แทนที่เราจะได้ประโยชน์ก็กลับจะได้โทษ

ลาภก็ดี ยศก็ดี สรรเสริญก็ดี สุขก็ดี ที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ผันแปรได้นั้น มันก็เป็นไปตามเหตุปัจจัย เพราะฉะนั้นเราจะต้องไม่ประมาท จะต้องป้องกันแก้ไข เหตุปัจจัยแห่งความเสื่อม และคอยเสริมสร้างเหตุปัจจัยที่จะให้มันมั่นคงอยู่และเจริญเพิ่มพูนโดยชอบธรรม

เฉพาะอย่างยิ่งเหตุปัจจัยสำคัญของความล่มลงมัวเมา ถ้าเรามัวเมา เหล่านี้ก็กลับเป็นโทษแก่ชีวิต เช่น คนก็มัวเมาหลงละเลิง ดูถูกดูหมิ่นคนอื่น ทำสิ่งที่ไม่ดีเบียดเบียนข่มเหงคนอื่นไว้ ไม่เที่ยง พอเสื่อมยศ ก็ยำแย่ ทุกข์ทรมานตัว

๒. **เอามาทำประโยชน์** คนทั้งหลาย ก็มองว่า เออ ตอนนี้โลกธรรมดาเราจะใช้มันเป็นโอกาสในการสร้างสรรค์ พอเราได้ยศ เรารู้ทันว่า เออ สิ่งเหล่านั้นไม่ใช่อยู่ตลอดไป เมื่อมันมาก็ดีแล้ว เป็นประโยชน์ เราดีใจที่ได้มันมาทีหนึ่ง คิดว่าเราจะทำให้มันเป็นประโยชน์ เรื่อยขึ้นไปอีก พอเราดีใจแต่เราไม่หลง เป็นประโยชน์ เราอาจจะใช้คนนั้นเป็นช่องทางในการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ สร้างสรรค์ความดีงาม ทำการสงเคราะห์ประโยชน์ ก็กลายเป็นดีไป

ให้เกิดพิษภัยแก่เราและแก่ใคร ๆ ยิ่ง  
 จายเป็นเครื่องมือสำหรับทำความดีงาม  
 ยชน์สุขให้เพิ่มพูนยิ่งขึ้นอีกด้วย วิธีปฏิบัติ  
 ยดีที่สำคัญ คือ

ธรรมดา คือรู้ความจริงว่า เออ ที่เป็น  
 ป็นของมีได้เป็นได้เป็นธรรมดาตามเหตุ  
 เมาก็ดีแล้ว แต่มันไม่เที่ยงแท้แน่นอน  
 มันเกิดขึ้นได้ มันก็หมดไปเสื่อมไปได้  
 ายขอบใจ จะเป็นได้ลาภ ได้ยศ ได้  
 ขก็ตาม เราก็คดีใจ ปลาบปลื้มใจ เรา  
 แต่ก็อย่าไปมัวเมาหลงใหล ถ้าไป  
 แล้ว สิ่งเหล่านี้ก็จะกลับกลายเป็นเหตุ  
 ของเรา แทนที่เราจะได้ประโยชน์ก็กลับ

ยศก็ดี 'สรรเสริญก็ดี สุขก็ดี' ที่ไม่เที่ยงแท้  
 ปรได้นั้น มันก็เป็นไปตามเหตุปัจจัย  
 จะต้องไม่ประมาท จะต้องป้องกันแก้ไข  
 งามเสื่อม และคอยเสริมสร้างเหตุปัจจัย  
 งอยู่และเจริญเพิ่มพูนโดยชอบธรรม

เฉพาะอย่างยิ่งเหตุปัจจัยสำคัญของความเสื่อมก็คือ  
 ความลุ่มหลงมัวเมา ถ้าเรามัวเมาหลงละเลิงแล้วสิ่ง  
 เหล่านี้ก็กลับเป็นโทษแก่ชีวิต เช่น คนเมายศ พอได้ยศ  
 ก็มัวเมาหลงละเลิง ดูถูกดูหมิ่นคนอื่น ใช้อำนาจข่มขี่  
 ทำสิ่งที่ไม่ดีเบียดเบียนข่มเหงคนอื่นไว้ แต่สิ่งทั้งหลาย  
 ไม่เที่ยง พอเสื่อมยศ ก็ยำแย่ ทุกข์ภัยก็โหมกระหน่ำ  
 ทับถมตัว

๒. *เอามาทำประโยชน์* คนที่รู้จักปฏิบัติต่อสิ่ง  
 เหล่านี้ ก็มองว่า เออ ตอนนี้โลกธรรมฝ่ายดีมา ก็ดีแล้ว  
 เราจะใช้มันเป็นโอกาสในการสร้างสรรค์ทำความดี เช่น  
 พอเราได้ยศ เรารู้ทันว่า เออ สิ่งเหล่านี้ไม่เที่ยงหรือ  
 มันไม่ใช่อยู่ตลอดไป เมื่อมันมาก็ดีแล้ว เราจะใช้มันให้  
 เป็นประโยชน์ เราดีใจที่ได้มันมาทีหนึ่งแล้ว คราวนี้เรา  
 คิดว่าเราจะทำให้มันเป็นประโยชน์ เราก็คดีใจมีความสุข  
 ยิ่งขึ้นไปอีก พอเราดีใจแต่เราไม่หลง เราก็คใช้มันให้  
 เป็นประโยชน์ เราอาจจะใช้ยศนั้นเป็นเครื่องมือหรือ  
 เป็นช่องทางในการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ในการ  
 สร้างสรรค์ความดีงาม ทำการสงเคราะห์ บำเพ็ญ  
 ประโยชน์ ก็กลายเป็นดีไป

ข้อที่สำคัญก็คือ เมื่อเรามีลาภหรือมีทรัพย์ มียศศักดิ์เกียรติบารมี ความดีและประโยชน์หรือ การสร้างสรรค์ต่าง ๆ นั้นเราก็ทำได้มาก กลายเป็น ว่าลาภและยศเป็นต้นเป็นเครื่องมือและเป็นเครื่อง เอื้อโอกาสในการที่จะทำให้ชีวิตของเรามีคุณค่า ขยาย ประโยชน์สุขให้กว้างขวางมากมายแผ่ออกไปในสังคม ช่วยสร้างสรรค์ให้โลกนี้เป็นอย่างที่เราพุทธเจ้าตรัส เรียกว่า *อภยาปัทมโลก* คือโลกแห่งความรักความ เมตตา เป็นที่ปลอดภัยไร้การเบียดเบียน และมีสันติสุข แล้วก็ทำให้ตัวเราเองได้ความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนมนุษย์ ได้รับความเคารพนับถือที่แท้จริงด้วย ประโยชน์สุข ระดับที่หนึ่งกลายเป็นบันไดก้าวขึ้นสู่ประโยชน์สุขระดับ ที่สอง

ลาภยศเป็นต้นเกิดแก่คนที่เป็บบัณฑิต มีแต่ เป็นประโยชน์ เพราะเป็นเครื่องมือในการสร้างสรรค์ ประโยชน์สุขให้แผ่ขยายกว้างขวางออกไปเกื้อกูลแก่ สังคม และทำชีวิตให้พัฒนาขึ้น แต่ถ้าทรัพย์และ อำนาจเกิดแก่ผู้ที่ไม่รู้เท่าทัน มีความลุ่มหลงเล็งเล็ง มัวเมา ก็กลับกลายเป็นโทษแก่ชีวิตของตนเอง และ

เป็นเครื่องมือทำร้ายผู้อื่นไป ซึ่งก็เป็นผล ในระยะยาวด้วย โลกธรรมอย่างอื่นก็เช่น ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เป็นสิ่งที่เราจะดู หลักสำคัญก็คืออย่าไปหลงเล็งเล็งมัวเมา

**ถ้าเคราะห์มา มันคือของขวัญ ที่ส่งมาช่วยตัวฉัน ให้ยังพัฒนา**

ในทางตรงข้าม ถ้าโลกธรรมฝ่าย ทำอย่างไร เมื่อก็ฝ่ายดีเกิดขึ้น เราก็ถือโอกาส ประโยชน์ ทำการสร้างสรรค์ ทำให้เกิด ขยายออกไปมากยิ่งขึ้น ทั้งนี้ถึงแม้ฝ่ายร้าย เสื่อมลาภ เสื่อมยศ ถูกติฉินนินทา และ คนมีปัญหา รู้เท่าทัน ก็ไม่กลัว ไม่เป็นไร อยู่ได้ และยังหาประโยชน์ได้อีกด้วย คือ

๑. *รู้ทันธรรมดา* คือรู้ความจริง ก้อย่างนี้เอง ล้วนแต่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไปได้ทั้งสิ้น นี่แหละที่ว่อาณิจจัง เราก็ได้ เมื่อมีได้ ก็หมดได้ เมื่อขึ้นได้ก็ตกได้ และ

ก็คือ เมื่อเรามีลาภหรือมีทรัพย์  
รivar ความดีและประโยชน์หรือ  
ง ๆ นั้นเราก็ทำได้มาก กลายเป็น  
นต้นเป็นเครื่องมือและเป็นเครื่อง  
จะทำให้ชีวิตของเรามีคุณค่า ขยาย  
างขวางมากมายแผ่ออกไปในสังคม  
โลกนี้เป็นอย่างที่เราพุทธเจ้าตรัส  
‘*ฆณโลก*’ คือโลกแห่งความรักความ  
ดภัยไร้การเบียดเบียน และมีสันติสุข  
องได้ความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนมนุษย์  
นับถือที่แท้จริงด้วย ประโยชน์สุข  
ป็นบันไดก้าวขึ้นสู่ประโยชน์สุขระดับ

ต้นเกิดแก่คนที่เป็นบัณฑิต มีแต่  
ระเป็นเครื่องมือในการสร้างสรรค์  
ขยายกว้างขวางออกไปเกื้อกูลแก่  
วัดให้พัฒนาขึ้น แต่ถ้าทรัพย์และ  
ไม่รู้เท่าทัน มีความลุ่มหลงเล็ง  
ายเป็นโทษแก่ชีวิตของตนเอง และ

เป็นเครื่องมือทำร้ายผู้อื่นไป ซึ่งก็เป็นผลเสียแก่ตนเอง  
ในระยะยาวด้วย โลกธรรมอย่างอื่นก็เช่นเดียวกันทั้งนั้น  
ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เป็นสิ่งที่เราจะต้องปฏิบัติให้ถูก  
หลักสำคัญก็คืออย่าไปหลงเล็งมัวเมา

**ถ้าเคราะห์มา มันคือของขวัญ  
ที่ส่งมาช่วยตัวฉัน ให้ยิ่งพัฒนา**

ในทางตรงข้าม ถ้าโลกธรรมฝ่ายร้ายเกิดขึ้นจะ  
ทำอะไร เมื่อที่ฝ่ายดีเกิดขึ้น เราก็ถือโอกาสใช้ให้เป็น  
ประโยชน์ ทำการสร้างสรรค์ ทำให้เกิดประโยชน์สุขแผ่  
ขยายออกไปมากยิ่งขึ้น ทั้งนี้แม้ฝ่ายร้ายเกิดขึ้น คือ  
เสื่อมลาภ เสื่อมยศ ถูกติฉินนินทา และประสบทุกข์  
คนมีปัญญารู้เท่าทัน ก็ไม่กลัว ไม่เป็นไร เขาก็รักษาตัว  
อยู่ได้ และยังหาประโยชน์ได้อีกด้วย คือ

๑. *รู้ทันธรรมดา* คือรู้ความจริงว่า สิ่งทั้งหลาย  
ก็อย่างนี้เอง ล้วนแต่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ย่อมผันแปร  
ไปได้ทั้งสิ้น นี่แหละที่ว่อาณิจจัง เราก็ได้เจอกับมันแล้ว  
เมื่อมีได้ ก็หมดได้ เมื่อขึ้นได้ก็ตกได้ แต่เมื่อหมดแล้ว

ก็มีได้อีก เมื่อตกแล้ว ก็อาจขึ้นได้อีก ไม่แน่นอน มันขึ้นต่อเหตุปัจจัย ข้อสำคัญว่า มันเป็นการมีการได้และเป็นการขึ้น ที่ดีงาม ชอบธรรม เป็นประโยชน์หรือไม่ และเป็นเรื่องที่เราจะต้องศึกษาหาเหตุปัจจัย และทำให้ถูกต้องต่อไป

เพราะฉะนั้น อย่างมัวมาตรอมตรมทุกข์ระทมเหงาหงอย อย่างมัวเศร้าโศกเสียใจละห้อยละเหี่ยท้อแท้ใจไปเลย จะกลายเป็นการซ้ำเติมกับถมตัวเองหนักลงไปอีก และคนที่ต้องพึ่งพาอาศัยเราก็จะยิ่งแย่ไปใหญ่ เรื่องธรรมดาของโลกธรรมเป็นอย่างนี้ เราก็ได้เห็นความจริงแล้ว เรารู้เท่าทันมันแล้ว เอาเวลามาศึกษาหาเหตุปัจจัย จะได้เรียนรู้ จะได้แก้ไขปรับปรุง ลูกขึ้นมาทำให้พื้นตัวขึ้นใหม่ดีกว่า เมื่อรู้เท่าทัน อยู่กับความจริงอย่างนี้ เราก็รักษาตัว รักษาใจให้เป็นปกติ ปลอดภัย ผ่องใสอยู่ได้ ไม่ละเมอคลุ้มคลั่งเตลิดหรือฟุ้งเฟ้อทำลาย หรือทำร้ายตัวเองให้ยิ่งแย่ลงไป

๒. เอามาพัฒนาตัวเรา คนที่เป็นนักปฏิบัติธรรม เมื่อความเสื่อม ความสูญเสีย และโลกธรรมฝ่ายร้ายทั้งหลายเกิดขึ้นแก่ตน นอกจากรู้เท่าทันธรรมดา

มองเห็นความจริงของโลกและชีวิตที่เปลี่ยนแปลง เขายังเอามันมาใช้ให้เป็นประโยชน์ในกาให้ดียิ่งขึ้นอีกด้วย

เขาจะมองว่า นี่แหละความไม่แล้ว เมื่อมันเกิดขึ้นมากก็เป็นโอกาสที่เรารัตนเอง ว่าเราที่มีความมั่นคงและความสในการที่จะต่อสู้กับสิ่งเหล่านี้ เราจะเผชิญถ้าเราแน่จริง เราก็ต้องสู้กับมันไหว แก้ไขได้ เพราะอันนี้เท่ากับเป็นปัญหาเราแก้ เราจะมีความสามารถแก้ปัญหาบททดสอบที่เกิดขึ้น นอกจากเป็นบททดสอบที่เรายื่น ที่เราจะต้องศึกษาว่ามันเกิดขึ้นเพื่อจะได้เป็นประโยชน์ต่อไปภายหน้า แก้ปัญหานี้ได้ ก็แสดงว่า เรามีควถ้าเราผ่านสถานการณ์นี้ไปได้ปลอดภัยต่อไปเราก็จะมีความสามารถและชัดเจน

รวมความว่า คนที่ดำเนินชีวิตประโยชน์จากโลกธรรมฝ่ายร้ายได้ ทั้งที่ทดสอบจิตใจ และเป็นเครื่องพัฒนา

แล้ว ก็อาจขึ้นได้อีก ไม่แน่นอน มัน  
 ข้อสำคัญว่า มันเป็นการมีการได้และ  
 งาม ขอบธรรม เป็นประโยชน์หรือไม่  
 เราจะต้องศึกษาหาเหตุปัจจัย และทำ

ะนั้น อย่ามัวมาตรอมตรมทุกข์ระทม  
 มัวเศร้าโศกเสียใจละห้อยละเหี่ยท้อแท้ใจ  
 เป็นการซ้ำเติมทรมานตัวเองหนักลงไปอีก  
 งามอาศัยเราก็จะยิ่งแย่ไปใหญ่ เรื่อง  
 ธรรมเป็นอย่างนี้ เราก็ได้เห็นความ  
 ทำกันมันแล้ว เอาเวลามาศึกษาหาเหตุ  
 ยารู้ จะได้แก้ไขปรับปรุง ลูกขึ้นมาทำ  
 ดีกว่า เมื่อรู้เท่าทัน อยู่กับความจริง  
 ชาติตัว รักษาใจให้เป็นปกติ ปลอดภัย  
 ละเมอคลุ้มคลั่งเตลิดหรือฟุบแพบทำลาย  
 องให้ยิ่งแย่ลงไป

มาพัฒนาตัวเรา คนที่เป็นนักปฏิบัติ  
 ามเสื่อม ความสูญเสีย และโลกธรรม  
 ยเกิดขึ้นแก่ตน นอกจากรู้เท่าทันธรรมดา

มองเห็นความจริงของโลกและชีวิตที่เป็นอนิจจังแล้ว  
 เขายังเอามันมาใช้ให้เป็นประโยชน์ในการพัฒนาตัวเอง  
 ให้ดียิ่งขึ้นอีกด้วย

เขาจะมองว่า นี่แหละความไม่เที่ยงได้เกิดขึ้น  
 แล้ว เมื่อมันเกิดขึ้นมาก็เป็นโอกาสที่เราจะได้ทดสอบ  
 ตนเอง ว่าเราที่มีความมั่นคงและความสามารถแค่ไหน  
 ในการที่จะต่อสู้กับสิ่งเหล่านี้ เราจะเผชิญกับมันไหวไหม  
 ถ้าเราแน่จริง เราก็ต้องสู้กับมันไหว และเราจะต้อง  
 แก้ไขได้ เพราะอันนี้เท่ากับเป็นปัญหาที่จะให้เราสู้ให้  
 เราแก้ เราจะมีความสามารถแก้ปัญหาไหม นี่คื  
 บททดสอบที่เกิดขึ้น นอกจากเป็นบททดสอบแล้วก็เป็น  
 บทเรียน ที่เราจะต้องศึกษาว่ามันเกิดขึ้นจากเหตุอะไร  
 เพื่อจะได้เป็นประโยชน์ต่อไปภายหน้า ถ้าเราสามารถ  
 แก้ปัญหานี้ได้ ก็แสดงว่า เรามีความสามารถจริง  
 ถ้าเราผ่านสถานการณ์นี้ไปได้ปลอดภัยสวัสดิแล้ว  
 ต่อไปเราก็จะมีความสามารถและชัดเจนยิ่งขึ้น

รวมความว่า คนที่ดำเนินชีวิตเป็น จะใช้  
 ประโยชน์จากโลกธรรมฝ่ายร้ายได้ ทั้งในแง่เป็นเครื่อง  
 ทดสอบจิตใจ และเป็นเครื่องพัฒนาปัญญา คือ

ทดสอบว่าเรามีจิตใจเข้มแข็งมั่นคง แม้จะเผชิญเคราะห์ร้ายหรือเกิดมีภัย ก็ดำรงรักษาตัวให้ผ่านพ้นไปได้ ไม่หวั่นไหว และใช้ปัญญาเรียนรู้สืบทอดเหตุปัจจัย เพื่อจะได้แก้ไขและสร้างสรรค์เดินหน้าให้ได้ผลดียิ่งขึ้นต่อไป

ยิ่งกว่านั้น เขามองในแง่ดีว่า คนที่ผ่านทุกข์ผ่านภัยมามาก เมื่อผ่านไปได้ ก็เป็นประโยชน์แก่ตัวเอง คนที่ผ่านมาได้ ถือว่าได้เปรียบคนอื่นที่ไม่เคยผ่าน นอกจากผ่านทุกข์ผ่านโทษผ่านภัยไปแล้ว ถ้ายังสามารถผ่านไปได้ด้วยดีอีกด้วย ก็เป็นหลักประกันว่าต่อไปไม่ต้องกลัวแล้ว เพราะแสดงว่าเราประสบผลสำเร็จแก้ปัญหาได้ เราจะมีชีวิตที่ดั่งงามเข้มแข็ง ไม่ต้องกลัวภัยอันตรายอีก ดีกว่าคนที่ไม่เคยเจอกับสิ่งเหล่านี้ พบแต่สิ่งที่เป็นคุณหรือสิ่งที่ชอบใจอย่างเดียว เป็นชีวิตที่ไม่ได้ทดสอบ

เป็นอันว่า ถ้ามองในแง่ที่ดีงามแล้ว เราก็ใช้ประโยชน์จากโลกธรรมทั้งที่ดีและร้ายได้ทั้งหมด อย่างน้อยก็เป็นคนชนิดที่ว่า ไม่เหลิงในสุข ไม่ถูกทุกข์ทับถม ฉะนั้น ถ้าเราจะต้องเผชิญกับโลกธรรมที่ไม่ชอบใจ

ก็ต้องมีใจพร้อมที่จะรับและสู้มัน ถ้าถูกต้อง เราก็จะผ่านสถานการณ์ไปด้วยประโยชน์ เราจะมีใจเข้มแข็ง ชีวิตแล้วตอนนั้น เราจะได้พิสูจน์ตัวเองด้วย เราจะมีประโยชน์สูงขึ้นที่หนึ่ง ที่เป็นรูปธรรมเพียงเล็กน้อยนี้ เราจะสามารถอยู่ด้วยที่สอง ด้วยทุนทางด้านคุณความดี ทาหรือไม่ แล้วก็ทดสอบยิ่งขึ้นไปอีกคือในระเรามีจิตใจที่เป็นอิสระ สามารถที่จะอยู่ดีมีกระแทกกระเทือนหวั่นไหวด้วยโลกธรรม

ถ้าจิตถูกโลกธรรมทั้งหลายกระทบ ไม่หวั่นไหว ยังสามารถมีใจเบิกบานเบิกบานใจ ไม่มีธุลีไร้ความขุ่นมัวเศร้าหมองผ่องใสได้ อันสูงสุด มงคลหมวดทั้ง ๓๘ ประการมที่นี้

พระพุทธศาสนาสอนหลักธรรมจนมาถึงข้อนี้ คือมีจิตใจที่เป็นอิสระปลอดในงานพิธีมงคลทุกครั้ง ตอนที่มงคล ๓๘ จะมาจบด้วยคาถานี้ คือ

มีจิตใจเข้มแข็งมั่นคง แม้จะเผชิญ  
 วิกฤตภัย ก็ดำรงรักษาตัวให้ผ่านพ้น  
 ไปได้ และใช้ปัญญาเรียนรู้สืบทอดปัญญาย  
 และสร้างสรรค์เดินหน้าให้ได้ผลดียิ่งขึ้น

นั่น เขาจะมองในแง่ดีว่า คนที่ผ่านทุกข์  
 เมื่อผ่านไปได้ ก็เป็นประโยชน์แก่ตัวเอง

ถือว่าได้เปรียบคนอื่นที่ไม่เคยผ่าน  
 ทุกข์ผ่านโทษผ่านภัยไปแล้ว ถ้ายัง  
 ไม่ได้ด้วยดีอีกด้วย ก็เป็นหลักประกันว่า  
 ไปแล้ว เพราะแสดงว่าเราประสบผล  
 ได้ เราจะมีชีวิตที่ดั่งงามเข้มแข็ง ไม่ต้อง  
 ร้องอีก ดีกว่าคนที่ไม่เคยเจอกับสิ่งเหล่านี้  
 ฉุกเฉินหรือสิ่งที่ชอบใจอย่างเดียว เป็นชีวิต

อันว่า ถ้ามองในแง่ที่ดีงามแล้ว เราก็  
 ภาวนาโลกธรรมทั้งที่ดีและร้ายได้ทั้งหมด  
 คนชนิดที่ว่า ไม่เหลิงในสุข ไม่ถูกทุกข์  
 ของเราจะต้องเผชิญกับโลกธรรมที่ไม่ชอบใจ

ก็ต้องมีใจพร้อมที่จะรับและสู้มัน ถ้าปฏิบัติต่อมันได้  
 ถูกต้อง เราก็จะผ่านสถานการณ์ไปด้วยดี และเป็น  
 ประโยชน์ เราจะมีใจเข้มแข็ง ชีวิตจะดั่งงามยิ่งขึ้น  
 แล้วตอนนั้น เราจะได้พิสูจน์ตัวเองด้วยว่า ถึงแม้ว่า  
 เราจะมีประโยชน์สุขขั้นที่หนึ่ง ที่เป็นรูปธรรมหรือมีวัตถุ  
 เพียงเล็กน้อยนี้ เราจะสามารถอยู่ด้วยประโยชน์สุขขั้น  
 ที่สอง ด้วยทุนทางด้านคุณความดี ทางด้านจิตใจได้  
 หรือไม่ แล้วก็ทดสอบยิ่งขึ้นไปอีกคือในระดับที่สาม ว่า  
 เรามีจิตใจที่เป็นอิสระ สามารถที่จะอยู่ดีมีสุข โดยไม่ถูก  
 กระแทกกระเทือนหวั่นไหวด้วยโลกธรรมได้ไหม

ถ้าจิตถูกโลกธรรมทั้งหลายกระทบกระทั่งแล้ว  
 ไม่หวั่นไหว ยังสามารถมีใจเบิกบานเกษมปลอดโปร่ง  
 ไม่มีธุลีไร้ความขุ่นมัวเศร้าหมองฝอองใสได้ ก็เป็นมงคล  
 อันสูงสุด มงคลหมดทั้ง ๓๘ ประการมาจบลงสุดท้าย  
 ที่นี้

พระพุทธศาสนาสอนหลักธรรมไปตามลำดับ  
 จนมาถึงขั้นนี้ คือมีจิตใจที่เป็นอิสระอย่างที่พระสงฆ์  
 สวดในงานพิธีมงคลทุกครั้ง ตอนที่สวดมงคลสูตร  
 มงคล ๓๘ จะมาจบด้วยคาถานี้ คือ



บุญลัสสะ โลกะธัมเมหิ จิตตัง ยัสสะ นะ กัมปะติ  
อะโสกัง วิระชัง เขมัง เอตัมมังคะละมุตตะมัง

ผู้ใดถูกโลกธรรมทั้งหลาย (ทั้งฝ่ายดีและ  
ฝ่ายร้าย) กระแทกกระทั้นแล้ว จิตใจไม่เศร้าโศก ไม่  
หวั่นไหว เกษม มั่นคง ปลอดภัยได้ นั่นคือมงคล  
อันอุดม

ถ้าถึงขั้นนี้แล้ว ก็เรียกว่าเราได้ประสบประโยชน์  
สุขขั้นสูงสุด ชีวิตก็จะสมบูรณ์ อยู่ในโลกก็มีความสุข  
เป็นเนื้อแท้ของจิตใจ ถึงแม้ไปเจอความทุกข์เข้าก็ไม่มี  
ปัญหา ก็สุขได้แม้แต่ในท่ามกลางความทุกข์ และคนที่  
ทำอย่างนี้ได้ จะมีลักษณะชีวิตที่พัฒนาในด้านความสุข  
ซึ่งจะทำให้เป็นคนที่มีความสุขได้ง่าย

ทำไม โลกยังพัฒนา

ชาวประชายังเป็นคนที่สุขยาก

เป็นที่น่าสังเกตว่า มนุษย์ในโลกปัจจุบันนี้ได้  
พัฒนาทางด้านวัตถุกันมาก เก่งในการหาวัตถุเป็น  
อย่างยิ่ง แต่มีลักษณะที่ปรากฏเด่นขึ้นมาอย่างหนึ่ง

คือมักจะกลายเป็นคนที่สุขยากขึ้น ยิ่ง  
ก็ยิ่งเป็นคนที่สุขยากขึ้นทุกที อันนี้ไม่ใช่

เมื่อมีของมีวัตถุอะไรต่าง ๆ ที่เ  
ประโยชน์สุขในระดับที่หนึ่งมากขึ้น คนก็  
มากขึ้น แต่ปรากฏว่าผู้คนไม่ได้มี  
ความสุขบางอย่างที่ดูเหมือนจะมากขึ้น  
ฉาบฉวยเสียมากกว่า โดยเฉพาะความ  
นอกจากไม่ดีขึ้น ยังมีที่ท้าวาลดน้อยล  
ตะกายหาความสุขแบบผ่าน ๆ ชั่วครู่ชั่ว  
เพราะไม่มีความสุขที่มั่นคงยืนตัวอยู่ถาวร

ทั้ง ๆ ที่มีสิ่งของและอุปกรณ์ที่จ  
มากเหลือล้น แต่คนก็ขาดแคลนความ  
และมีลักษณะอาการที่มีความสุขได้ยาก  
คนที่สุขยากขึ้น อย่างที่ว่า เคยมีเท  
ต้องมีเท่านั้น ต้องได้ขนาดโน้นจึงจะ  
ลักษณะที่น่าสังเกต

ในเรื่องนี้ ลักษณะที่ตรงกันช  
คนเราอยู่ในโลกนี้ ชีวิตของเราเจริญได้  
พัฒนาขึ้น ๆ สิ่งหนึ่งที่เราน่าจะพัฒนา

ธัมเมหิ จิตตัง ยัสสะ นะ กัมปะติ  
 ๑ เขมัง เอตัมมังคะละมุตตะมัง  
 โลกธรรมทั้งหลาย (ทั้งฝ่ายดีและ  
 ทบกระทั่งแล้ว จิตใจไม่เศร้าโศก ไม่  
 มั่นคง ปลอดภัยได้ นั่นคือมงคล

นี้แล้ว ก็เรียกว่าเราได้ประสบประโยชน์  
 ตกิจจะสมบูรณ์ อยู่ในโลกก็จะมีความสุข  
 ใจ ถึงแม้ไปเจอความทุกข์เข้าก็ไม่มี  
 แม้แต่ในท่ามกลางความทุกข์ และคนที่  
 มีลักษณะชีวิตที่พัฒนาในด้านความสุข  
 จนที่มีความสุขได้ง่าย

## พัฒนา เป็นคนที่สุขยาก

สังเกตว่า มนุษย์ในโลกปัจจุบันนี้ได้  
 วัตถุกันมาก เก่งในการหาวัตถุเป็น  
 มีลักษณะที่ปรากฏเด่นขึ้นมาอย่างหนึ่ง

คือมักจะกลายเป็นคนที่สุขยากขึ้น ยิ่งอยู่ไปๆ ในโลก  
 ก็ยังเป็นคนที่สุขยากขึ้นทุกที อันนี้ไม่ใช่ลักษณะที่ดี

เมื่อมีของมีวัตถุอะไรต่าง ๆ ที่เป็นเครื่องอำนวยความสะดวก  
 ประโยชน์สุขในระดับที่หนึ่งมากขึ้น คนก็น่าจะมีความสุข  
 มากขึ้น แต่ปรากฏว่าผู้คนไม่ได้มีความสุขมากขึ้น  
 ความสุขบางอย่างที่ดูเหมือนจะมากขึ้นก็มักจะเป็นของ  
 จาบจวนเสียมากกว่า โดยเฉพาะความสุขที่แท้ในจิตใจ  
 นอกจากไม่ดีขึ้น ยังมีที่ทว่าลดน้อยลง คนตะเกียก  
 ตะกายหาความสุขแบบผ่าน ๆ ชั่วครู่ชั่วยามกันพล่านไป  
 เพราะไม่มีความสุขที่มั่นคงยืนตัวอยู่ภายใน

ทั้ง ๆ ที่มีสิ่งของและอุปกรณ์ที่จะบำรุงความสุข  
 มากเหลือล้น แต่คนก็ขาดแคลนความสุขกันอยู่เรื่อย ๆ  
 และมีลักษณะอาการที่มีความสุขได้ยาก คือกลายเป็น  
 คนที่สุขยากขึ้น อย่างที่ว่า เคยมีเท่านี้สุขก็ไม่สุขแล้ว  
 ต้องมีเท่านั้น ต้องได้ขนาดโน้นจึงจะสุข อันนี้ก็เป็  
 ลักษณะที่น่าสังเกต

ในเรื่องนี้ ลักษณะที่ตรงกันข้ามก็คือสุขง่ายขึ้น  
 คนเราอยู่ในโลกนี้ ชีวิตของเราเจริญเติบโตขึ้นมา เรา  
 พัฒนาขึ้น ๆ สิ่งหนึ่งที่เราน่าจะพัฒนาขึ้นด้วย ก็คือ

ความสุข หมายความว่ายิ่งเราพัฒนาไป เราก็ควรจะ  
เป็นคนที่สุขง่ายยิ่งขึ้น และก็สุขได้มากขึ้น

เมื่อเป็นเด็ก ได้เล่นอะไรเล็กๆ น้อยๆ หรือ  
อยากได้อะไรนิดๆ หน่อยๆ พอได้มากก็ดูจะมีความสุข  
มาก ๆ สุขได้ง่ายๆ แต่พอโตขึ้นมาดูเหมือนว่าจะ  
สุขยากขึ้นทุกที

ถ้าเรามีชีวิตอยู่มาแล้วเราเป็นคนสุขง่ายขึ้นนี่  
โอ! เราจะโชคดีมาก เพราะถ้าเราสุขง่าย มันก็ต้อง  
ดีสิ ทำอะไรนิดหน่อยมีอะไรได้อะไรเล็กๆ น้อยๆ  
เดี๋ยวมันก็สุขละ แต่เดี๋ยวนี้อาจกลายเป็นว่าเรามีอะไร  
นิดหน่อยไม่ได้ จะต้องมีมาก ๆ จึงจะสุข ในทางที่ถูก  
ที่ควร ถ้าเรามีความสุขง่ายขึ้น แล้วเราได้ของมากขึ้น  
เราก็ยิ่งสุขใหญ่ แต่ถ้าเราสุขยากขึ้น เราได้ของมากขึ้น  
มันก็ไม่ช่วยให้เราสุขมากขึ้น เพราะแม้ว่าสิ่งอำนวยความสะดวก  
จะมากขึ้นก็จริง แต่จุดหรือขีดที่จะมีความสุขได้ก็เขยิบ  
หนีขึ้นไป เพราะฉะนั้น บางทีได้สิ่งอำนวยความสะดวกมากขึ้น  
แต่ได้ความสุขน้อยลง

อะไรที่มันขาดหายไป คำตอบก็คือเราพัฒนา  
ด้านเดียว เราพัฒนาชีวิตเพียงด้านหนึ่ง คือ เราไป

มุ่งว่าถ้าเรามีวัตถุอะไรต่าง ๆ มี  
ยศ ตำแหน่งดีขึ้นนี้ เราจะมีความสุข  
แสวงหาวัตถุหรือสิ่งที่จะมาบำรุงคว  
แต่การที่เราจะแสวงหาอย่างได้ผล เรา  
ความสามารถอันนี้ คือพัฒนาความ  
แสวงหาสิ่งที่จะมาบำรุงความสุข และ  
พัฒนาในด้านนี้กันจริงๆ จังๆ ดังจะ  
เราเก่งมาก มนุษย์ยุคปัจจุบันได้พัฒนา  
ในการแสวงหาวัตถุมาบำรุงความสุขกัน  
แต่การศึกษาก็จะมีความหมายอย่างนี้  
ศึกษาส่วนมากจะมีความหมายและ  
อย่างนี้ คือเป็นการพัฒนาความสาม  
มาบำรุงความสุข แล้วเราก็เก่งกันในด  
สามารถในการหาสิ่งมาบำรุงความสุข

แต่ที่นี้ยังมีอีกด้านหนึ่งของการ  
มองข้ามไป คือความสามารถในการหา  
บางทีเราพัฒนาความสามารถในการหา  
พอพัฒนาไปๆ ตัวความสามารถในกา  
นี้ก็กลับลดน้อยลง หรือแม้แต่หายไปเสีย

ยความว่ายิ่งเราพัฒนาไป เราก็ที่น่าจะ  
ยิ่งขึ้น และก็สุขได้มากขึ้น

เด็ก ได้เล่นอะไรเล็กๆ น้อยๆ หรือ  
ๆ น้อยๆ พอได้มากก็ดูจะมีความ  
ง่าย ๆ แต่พอโตขึ้นมาดูเหมือนว่าจะ

ชีวิตอยู่มาแล้วเราเป็นคนสุขง่ายขึ้นนี้  
ดีมาก เพราะถ้าเราสุขง่าย มันก็ต้อง  
ได้น้อยมีอะไรได้อะไรเล็กๆ น้อยๆ

แต่เดี๋ยวนีกลายเป็นว่าเรามีอะไร  
จะต้องมีมากมาย จึงจะสุข ในทางที่ถูก  
ความสุขง่ายขึ้น แล้วเราได้ของมากขึ้น  
แต่ถ้าเราสุขยากขึ้น เราได้ของมามากขึ้น  
สุขมากขึ้น เพราะแม้ว่าสิ่งอำนวยความสะดวก

แต่จุดหรือขีดที่จะมีความสุขได้ก็เขยิบ  
จะนั้น บางทีได้สิ่งอำนวยความสะดวกมากขึ้น  
ยลง

ขนาดหายไป คำตอบก็คือเราพัฒนา  
พัฒนาชีวิตเพียงด้านหนึ่ง คือ เราไป

มุ่งว่าถ้าเรามีวัตถุมีอะไรต่าง ๆ มีทรัพย์สินเงินทอง  
ยศ ตำแหน่งดีขั้นนี้ เราจะมีความสุข ฉะนั้น เราก็  
แสวงหาวัตถุหรือสิ่งที่จะมาบำรุงความสุขกันให้มาก  
แต่การที่เราจะแสวงหาอย่างได้ผล เราก็จะต้องพัฒนา  
ความสามารถอันนี้ คือพัฒนาความสามารถในการ  
แสวงหาสิ่งที่จะมาบำรุงความสุข และมนุษย์เราก็ได้  
พัฒนาในด้านนี้กันจริงๆ จังๆ ดังจะเห็นว่าในด้านนี้  
เราเก่งมาก มนุษย์ยุคปัจจุบันได้พัฒนาความสามารถ  
ในการแสวงหาวัตถุมาบำรุงความสุขกันได้เก่งกาจ แม้  
แต่การศึกษาก็จะมีความหมายอย่างนี้ด้วย ดูซิ การ  
ศึกษาส่วนมากจะมีความหมายและความมุ่งหมาย  
อย่างนี้ คือเป็นการพัฒนาความสามารถที่จะหาวัตถุ  
มาบำรุงความสุข แล้วเราก็เก่งกันในด้านนี้ เรามีความ  
สามารถในการหาสิ่งมาบำรุงความสุขอย่างมากมาย

แต่ที่นี้ยังมีอีกด้านหนึ่งของการพัฒนาชีวิตที่เรา  
มองข้ามไป คือความสามารถในการที่จะมีความสุข  
บางที่เราพัฒนาความสามารถในการหาสิ่งบำรุงความสุข  
พอพัฒนาไปๆ ตัวความสามารถในการที่จะมีความสุข  
นี้ก็กลับลดน้อยลง หรือแม้แต่หายไปเสียเฉยๆ ในเรื่อง

นี้ท่านว่าต้องมีคุณภาพ คือต้องมีความสามารถที่จะมีความสุขมาเข้าสู่ ในเมื่อเราจะต้องมีอีกด้านหนึ่งคือความสามารถในการที่จะมีความสุข เราก็ต้องพัฒนาความสามารถนี้ขึ้นด้วย

### ความสุขจะเพิ่มทวี ถ้าพัฒนาอย่างมีคุณภาพ

ถ้าเราพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข ด้วยพร้อมกันไปกับการที่เราพัฒนาความสามารถในการหาสิ่งบำรุงความสุข มันก็จะมีคุณภาพ แล้วสองด้านนี้ก็จะมาเสริมกันด้วย เพราะว่าเมื่อเราพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุขได้มากขึ้นไป เราก็มีความสุขง่ายขึ้น เมื่อเราสุขง่ายขึ้น แล้วเรามีของบำรุงความสุขมากขึ้น ความสุขมันก็ท่วมท้นเป็นทวีคูณเลย แต่ที่มันเสียหรือล้นเหลือไปไม่เป็นอย่างนั้นก็เพราะสาเหตุนี้แหละ คือการที่เราพัฒนาด้านเดียว เราได้แต่พัฒนาความสามารถที่จะหาสิ่งบำรุงความสุข แต่เราไม่ได้พัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข บางทีความสามารถนี้ก็กลับค่อย ๆ หดไปด้วยซ้ำ

คนจำนวนมากอยู่ไป ๆ ในโลกหมดความสามารถที่จะมีความสุข ความสามารถที่จะมีความสุข สิ่งบำรุงความสุข อันนี้คือชีวิตที่ขาดดุลยภาพว่าอยู่กับประโยชน์สุขระดับที่หนึ่งอยู่ พัฒนาเพื่อประโยชน์สุขระดับที่สอง และ

ในทางธรรม ท่านไม่ได้มองแค่ระดับที่หนึ่ง อันนั้นท่านเรียกว่าการพัฒนา คือการพัฒนาความสามารถที่จะหาและจัดการกับสิ่งบำรุงความสุข แต่จะได้มองข้าม ก็คือการพัฒนาความสามารถ

ถ้าเราพัฒนาความสามารถที่จะอย่างน้อยเราไม่สูญเสียมันไป เราก็จะสุขได้ไม่ยาก หรือกลับจะเป็นคนที่สุข คนที่มีความสามารถอย่างนี้จะอยู่อย่างสุขสบายตลอดเวลาเลย และยังอยู่อย่างมีของมากยิ่งขึ้นใหญ่ ฉะนั้นจึงถ้าหากเรามีอะไรต่ออะไรมากมายแล้ว ก็คงจะเป็นเพราะสาเหตุอันนี้ด้วย

ลยภาพ คือต้องมีความสามารถที่จะ  
คู่ ในเมื่อเราจะต้องมีอีกด้านหนึ่งคือ  
การที่จะมีความสุข เราก็ต้องพัฒนา  
ไปด้วย

## บทวิ ถ้าพัฒนาอย่างมีดุลยภาพ

พัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข ด้วย  
ารที่เราพัฒนาความสามารถในการหา  
มันก็จะมีดุลยภาพ แล้วสองด้านนี้  
้วย เพราะว่าเมื่อเราพัฒนาความ  
ามสุขได้มากขึ้นไป เราก็มีความสุข  
ุขง่ายขึ้น แล้วเรามีของบำรุงความสุข  
มันก็ท่วมท้นเป็นทวีคูณเลย แต่ที่มัน  
ปไม่เป็นอย่างนั้นก็เพราะสาเหตุนี้แหละ  
าด้านเดียว เราได้แต่พัฒนาความ  
ิ่งบำรุงความสุข แต่เราไม่ได้พัฒนา  
จะมีความสุข บางทีความสามารถนี้  
ดไปด้วยซ้ำ

คนจำนวนมากอยู่ไป ๆ ในโลก ก็ค่อย ๆ  
หมดความสามารถที่จะมีความสุข ในเมื่อเขาหมด  
ความสามารถที่จะมีความสุข สิ่งบำรุงความสุขก็ไม่มี  
ความหมาย อันนี้คือชีวิตที่ขาดดุลยภาพ เพราะเรา  
มัววุ่นอยู่กับประโยชน์สุขระดับที่หนึ่งอย่างเดียวน ขาดการ  
พัฒนาเพื่อประโยชน์สุขระดับที่สอง และระดับที่สาม

ในทางธรรม ท่านไม่ได้มองข้ามการพัฒนาใน  
ระดับที่หนึ่ง อันนั้นท่านเรียกว่าการพัฒนาในระดับศีล  
คือการพัฒนาความสามารถที่จะหาตลอดจนจัดสรร  
และจัดการกับสิ่งบำรุงความสุข แต่ระดับต่อไปซึ่งอย่า  
ได้มองข้าม ก็คือการพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข

ถ้าเราพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข หรือ  
อย่างน้อยเราไม่สูญเสียมันไป เราก็จะเป็นคนที่มี ความ  
สุขได้ไม่ยาก หรือกลับจะเป็นคนที่สุขง่ายขึ้น ๆ ด้วย  
คนที่มีความสามารถอย่างนี้จะอยู่อย่างไรก็สุขสบาย  
สุขสบายตลอดเวลาเลย และยิ่งอยู่ไปก็ยิ่งสุขง่ายขึ้น  
ยิ่งมีของมากยิ่งสุขกันใหญ่ ฉะนั้นจึงควรทบทวนดูว่า  
ถ้าหากเรามีอะไรต่ออะไรมากมายแล้ว ก็ยังมีความสุข  
ก็คงจะเป็นเพราะสาเหตุอันนี้ด้วย คือเราชักจะหมด

ความสามารถที่จะมีความสุข

*การปฏิบัติธรรม* นั้น ในความหมายหนึ่งก็คือ การพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข เป็นการทำให้ คนเป็นสุขได้ง่ายขึ้น ฉะนั้นโยมที่ปฏิบัติธรรมจะต้องนึก ถึงความหมายที่ว่านี้ ถ้าเราปฏิบัติธรรม เราจะสามารถที่จะมีความสุขได้มากขึ้น และง่ายขึ้น จะต้อง เป็นคนที่สุขง่ายขึ้น แล้วที่นี้สองด้านนี้เราไม่ทิ้งเลย สักอย่าง เพราะฉะนั้น เราจะเป็นคนที่สมบูรณ์ เพราะว่า ในด้านความสามารถที่จะมีความสุข เราก็เป็นคน ที่มีความสุขได้ง่ายขึ้น และในด้านการหาวัตถุบำรุง ความสุข เราก็มีความสามารถที่จะหาได้เพิ่มขึ้น เมื่อ เป็นอย่างนี้เราก็มีความสุขกำลังสอง

**ถ้าไม่มีความสุขแบบประสาน  
ก็ไม่มีการพัฒนาแบบยั่งยืน**

ที่นี้เรื่องมันไม่จบแค่นี้ พอเรามีความสามารถ ที่จะมีความสุขได้มากขึ้น ความสุขของเรานั้นก็กลับขึ้น ต่อวัตถุน้อยลง เราก็ไม่ต้องอาศัยวัตถุมากมายที่จะมี

ความสุข เรามีแค่พอเหมาะพอควร เต็มอิ่มแล้ว เราก็ไม่กังวลในเรื่องวัตถุ มเดียวกันนี้ ความสามารถที่จะหาวัตถุ ของเราก็ก็น้อยลงเต็มที่ เราก็หาวัตถุได้ยาก แต่ความสุขของเราไม่ขึ้นต่อสิ่งเหล่านั้น อย่างไรละ

วัตถุก็เข้ามา ๆ ความสุขของเรา เราสุขอยู่แล้วนี่ จะทำอย่างไรละที่ พอดุลยภาพที่ว่ามานี้เกิดขึ้น จิตใจของเรา ก็มีโอกาสดูแลความสุขความทุกข์ของ วัตถุที่เข้ามา มากก็กลายเป็นเครื่อง ประโยชน์สุขแก่เพื่อนมนุษย์หรือแก่สังคม

ตอนนี้ความสุขของเราไม่ขึ้นต่อกันแล้ว สิ่งเหล่านั้นมีมา มากส่วนเกิน และเมื่อใจของเราไม่มัวพะวงหาสิ่งเสพ ใจนั้นก็เปิดออกไปคิดถึงคน ใช้วัตถุเหล่านั้น ที่แสวงหามาไว้ เพื่อเพื่อนมนุษย์ สร้างสรรค์ความดี ทำประโยชน์ ออกไป เมื่อทำอย่างนี้ เราก็ยังเข้าถึง

จะมีความสุข

วัตรธรรม นั้น ในความหมายหนึ่งก็คือ  
เราสามารถที่จะมีความสุข เป็นการทำให้  
ขึ้น ฉะนั้นโยมที่ปฏิบัติธรรมจะต้องนึก  
ว่านี่ ถ้าเราปฏิบัติธรรม เราจะมีควา  
มสุขได้มากขึ้น และง่ายขึ้น จะต้อง  
ขึ้น แล้วที่นี้สองด้านนี้เราไม่ทิ้งเลย  
ฉะนั้น เราจะเป็นคนที่สมบูรณ์ เพราะ  
สามารถที่จะมีความสุข เราก็เป็นคน  
ายขึ้น และในด้านการหาวัตถุบำรุง  
มีความสามารถที่จะหาได้เพิ่มขึ้น เมื่อ  
มีความสุขกำลังสอง

สุขแบบประสาน

นาแบบยั่งยืน

มันไม่จบแค่นี้ พอเรามีความสามารถ  
ดมากขึ้น ความสุขของเรานั้นกลับขึ้น  
เราก็ไม่ต้องอาศัยวัตถุมากมายที่จะมี

ความสุข เรามีแค่พอเหมาะพอควรเราก็มีความสุข  
เต็มอิ่มแล้ว เราก็ไม่กังวลในเรื่องวัตถุมาก แต่ในเวลา  
เดียวกันนี้ ความสามารถที่จะหาวัตถุบำรุงความสุข  
ของเรากียังมีอยู่เต็มที เราก็หาวัตถุได้เยอะแยะมากมาย  
แต่ความสุขของเราไม่ขึ้นต่อสิ่งเหล่านั้น แล้วจะทำ  
อย่างไรละ

วัตถุก็เข้ามา ๆ ความสุขของเราก็ไม่ได้ขึ้นต่อมัน  
เราสุขอยู่แล้วนี่ จะทำอย่างไรละที่นี้ ปรากฏว่า  
พอดุลยภาพที่ว่ามานี้เกิดขึ้น จิตใจของเราก็เปิดออก  
เราก็มีโอกาสคิดถึงความสุขความทุกข์ของคนอื่น แล้ว  
วัตถุที่เข้ามามากก็กลายเป็นเครื่องมือสร้างสรรค์  
ประโยชน์สุขแก่เพื่อนมนุษย์หรือแก่สังคมไปเลย

ตอนนี้ความสุขของเราไม่ขึ้นต่อวัตถุเหล่านั้น  
มากนักแล้ว สิ่งเหล่านั้นมีมากก็เป็นส่วนเหลือ  
ส่วนเกิน และเมื่อใจของเราไม่มัวพะวงวุ่นวายกับการ  
หาสิ่งเสพ ใจนั้นก็เปิดออกไปคิดถึงคนอื่น เราก็เลย  
ใช้วัตถุเหล่านั้น ที่แสวงหามานี้ ในการช่วยเหลือ  
เพื่อนมนุษย์ สร้างสรรค์ความดี ทำประโยชน์สุขขยาย  
ออกไป เมื่อทำอย่างนี้ เราก็ยังเข้าถึงประโยชน์สุขใน



## ระดับที่สอง

พอเราทำอย่างนี้แล้ว เราระลึกถึงชีวิตของเราว่า ได้ทำสิ่งที่ประโยชน์มีคุณค่า เราก็ยังมีความสุขลึกซึ้งขึ้นในใจของเราอีก ประโยชน์สุขขั้นที่สองมาแล้ว ก็สนับสนุนประสิทธิภาพของประโยชน์สุขระดับที่หนึ่ง ประโยชน์สุขทั้งสองระดับ ก็เลยสนับสนุนซึ่งกันและกัน ความสุขของบุคคลก็มาเนื่องจากความสุขของสังคม ตัวเราสุขง่ายและได้สุขแล้ว เราช่วยเหลือสังคม เพื่อนร่วมสังคมก็ยังมีความสุขและเราเองก็ยังสุขขึ้นด้วยความสุขแบบนี้จึงเนื่องอาศัยและประสานเสริมซึ่งกันและกัน

เวลาเราหาประโยชน์สุขระดับที่หนึ่ง เราบอกว่าเราจะต้องได้มากที่สุด เราจึงจะมีความสุขที่สุด เราก็เลยต้องยิ่งแสวงหาให้ได้มากที่สุด คนอื่นเขาก็มองอย่างเดียวกัน เขาก็มองว่ายิ่งได้มากเขาก็จะยิ่งสุขมาก เมื่อต่างคนต่างหา ต่างคนต่างเอาต่างคนต่างได้ มันก็ต้องแย่งกันเบียดเบียนกัน มันก็เกิดความทุกข์ความเดือดร้อน เรียกว่าเป็นความสุขที่ต้องแย่งชิงกัน เมื่อต้องแย่งชิงก็เป็นการบอกอยู่ในตัวแล้วว่า จะต้องเจอ

กับทุกข์ด้วยและไม่แน่ว่าจะได้สุขหรือไม่

ทีนี้พอเรามาดังระดับที่สอง มันเห็นว่าความสุขนั้นมันเนื่องกัน สุขของคนอื่น หรือสุขของบุคคลกับสุขของสังคม เสริมสนับสนุนซึ่งกันและกัน ทำให้ทุกคนก็เลยไม่ต้องเบียดเบียนหรือแย่งชิงกัน ที่เนื่องกัน หรือความสุขที่ประสานกัน

เวลานี้พูดกันมากว่า จะต้องมียังยืน โลกจึงจะอยู่รอดได้ แต่ถ้าผู้คนมีแต่การหาความสุขแบบที่แย่งชิงกัน แบบยังยืนก็จะเป็นเพียงความฝันที่ไม่มีที่

เราก็มองเห็นกันได้ไม่ยากว่า ถ้าด้านวัตถุ จะพัฒนาวิทยาศาสตร์และพัฒนาเศรษฐกิจไปเท่าไรก็ตาม ถ้าคนในด้านความสามารถที่จะมีความสุข แต่การหาความสุขแบบแข่งขันช่วงชิง ยังยืนก็ไม่มีทางสำเร็จ ถ้าจะให้การพัฒนาสำเร็จผล ก็ต้องพัฒนาคนให้มีความสุข

เ้าอย่างนี้แล้ว เราระลึกถึงชีวิตของเรา  
นประโยชน์มีคุณค่า เราก็ยังมีความสุข  
องเราอีก ประโยชน์สุขขั้นที่สองมาแล้ว  
เสถียรภาพของประโยชน์สุขระดับที่หนึ่ง  
สองระดับ ก็เลยสนับสนุนซึ่งกันและกัน  
คคลก็มาเนืองกับความสุขของสังคม  
ะได้สุขแล้ว เราช่วยเหลือสังคม เพื่อน  
มีความสุขและเราเองก็ยังสุขขึ้นด้วย  
จึงเนืองอาศัยและประสานเสริมซึ่งกัน

หาประโยชน์สุขระดับที่หนึ่ง เราบอก  
มากที่สุด เราจึงจะมีความสุขที่สุด เรา  
งหาให้ได้มากที่สุด คนอื่นเขาก็มอง  
เขาก็มองว่ายิ่งได้มากเขาก็ยิ่งสุขมาก  
หา ต่างคนต่างเอาต่างคนต่างได้ มันก็  
ดเบียนกัน มันก็เกิดความทุกข์ความ  
กว่าเป็นความสุขที่ต้องแย่งชิงกัน เมื่อ  
การบอกอยู่ในตัวแล้วว่า จะต้องเจอ

กับทุกข์ด้วยและไม่แน่ว่าจะได้สุขหรือไม่

ที่นี้พอเรามาดังระดับที่สอง มันเปลี่ยนไปกลายเป็นว่าความสุขนั้นมันเนืองกัน สุขของตนกับสุขของคนอื่น หรือสุขของบุคคลกับสุขของสังคม มันมาประสานเสริมสนับสนุนซึ่งกันและกัน ทำให้ทุกคนสุขไปด้วยกัน มันก็เลยไม่ต้องเบียดเบียนหรือแย่งชิงกัน เป็นความสุขที่เนืองกัน หรือความสุขที่ประสานกัน

เวลานี้พูดกันมากว่าจะต้องมีการพัฒนาแบบยั่งยืน โลกจึงจะอยู่รอดได้ แต่ถ้าพัฒนากันไปแล้วผู้คนมีแต่การหาความสุขแบบที่แย่งชิงกัน การพัฒนาแบบยั่งยืนก็จะเป็นเพียงความฝันที่ไม่มีทางเป็นจริง

เราก็มองเห็นกันได้ไม่ยากว่า ถ้ามีแต่การพัฒนาด้านวัตถุ จะพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีและพัฒนาเศรษฐกิจไปเท่าไรก็ตาม ถ้าไม่มีการพัฒนาคนในด้านความสามารถที่จะมีความสุขนี้ ก็จะต้องมีแต่การหาความสุขแบบแย่งชิงช่วงชิง การพัฒนาแบบยั่งยืนก็ไม่มีทางสำเร็จ ถ้าจะให้การพัฒนาแบบยั่งยืนสำเร็จผล ก็ต้องพัฒนาคนให้มีความสุขแบบประสาน

## การพัฒนาแบบยั่งยืน มาด้วยกันกับความสุขแบบยั่งยืน

ฉะนั้น เมื่อมนุษย์พัฒนาอย่างมีดุลยภาพ พอจิตใจพัฒนาดีขึ้นมา ความสุขที่จะต้องได้ต้องเอาวัตถุมาก็ค่อยๆ อาศัยวัตถุน้อยลง ตอนแรกเราจะสุขเมื่อได้เมื่อเอา แต่พอเราพัฒนาคุณธรรมขึ้นมา มันก็เปลี่ยนแปลงไป ความสุขจะขึ้นต่อสิ่งเหล่านั้นน้อยลง กลับมาขึ้นต่อการมีคุณความดี เช่นการมีความรักแท้เกิดขึ้นในใจ

*ความรักแท้* คืออะไร คือความอยากให้คนอื่นมีความสุข และอยากทำให้เขามีความสุข ตรงข้ามกับความรักเทียมที่อยากได้อยากเอาคนอื่นมาทำให้ตัวมีความสุข

ความรักแท้นั้นจะเห็นได้จากตัวอย่างง่าย ๆ คือ พ่อแม่ พ่อแม่รักลูกก็คืออยากให้ลูกมีความสุข ความสุขของคนทั่วไปนั้นบอกว่าต้องได้ต้องเอาจึงจะมีความสุข แต่พ่อแม่ไม่จำเป็นต้องได้ความสุขจากการได้หรือการเอา พ่อแม่ให้แก่ลูกก็มีความสุข เวลาให้แก่

ลูกพ่อแม่เสียใจหรือทุกข์ไหม ไม่ทุกข์เลย ในแง่ของวัตถุ ก็คือตัวเองเสีย พ่อแม่สูญเสียเพราะให้แก่ลูก แต่พอพ่อแม่ให้แก่ลูกแล้ว พ่อแม่กลับเป็นสุข

พ่อแม่สูญเสียแต่กลับสุขเพราะอะไร ก็เพราะให้แต่กลับได้ความสุขเพราะอะไร ก็เพราะเป็นสุข พ่อแม่รักลูกอยากเห็นลูกเป็นสุขให้คนอื่นเป็นสุขนั้น ท่านเรียกว่า*เมตตา* ความอยากให้ผู้อื่นเป็นสุข พอเราทำให้คนอื่นก็สมใจเรา เราก็คือเป็นสุข

เพราะฉะนั้น คนใดมีเมตตา เพิ่มขึ้น เขาก็มีสิทธิ์ที่จะได้ความสุขประเสริฐ ความสุขจากการให้ ส่วนคนที่ไม่มีคุณธรรมในโลกตั้งแต่เกิดมาก็ไม่ได้พัฒนา ก็จะมีแค่อย่างเดียว คือ ความสุขจากการได้และการต้องเอาจึงจะเป็นสุข

พอเรามีคุณธรรมเกิดขึ้นในใจ คือเราก็คืออยากให้คนอื่นมีความสุข เช่นอยากให้พ่อแม่มีความสุข เราก็มีความสุข ที่นี้ขย

เบยยังยืน

ความสุขแบบยังยืน

เมื่อมนุษย์พัฒนาอย่างมีคุณภาพ พอ  
มา ความสุขที่จะต้องได้ต้องเอาวัตถุ  
แค่ยวัตถุน้อยลง ตอนแรกเราจะสุข  
แต่พอเราพัฒนาคุณธรรมขึ้นมา มันก็  
ความสุขจะขึ้นต่อสิ่งเหล่านั้นน้อยลง  
มีคุณความดี เช่นการมีความรักแท้

แท้ คืออะไร คือความอยากให้คนอื่น  
อยากทำให้เขามีความสุข ตรงข้าม  
มที่อยากได้อยากเอาคนอื่นมาทำให้ตัว

าเท่านั้นจะเห็นได้จากตัวอย่างง่าย ๆ  
พ่อแม่รักลูกก็คืออยากให้ลูกมีความสุข  
ทั่วไปนั้นบอกว่าต้องได้ต้องเอาจึงจะมี  
แม่ไม่จำเป็นต้องได้ความสุขจากการได้  
พ่อแม่ให้แก่ลูกก็มีความสุข เวลาให้แก่

ลูกพ่อแม่เสียใจหรือทุกข์ไหม ไม่ทุกข์เลย ให้ไป ถ้าพูด  
ในแง่ของวัตถุ ก็คือตัวเองเสีย พ่อแม่สูญเสียวัตถุนั้นไป  
เพราะให้แก่ลูก แต่พ่อแม่ให้แก่ลูกแล้ว แทนที่จะทุกข์  
พ่อแม่กลับเป็นสุข

พ่อแม่สูญเสียแต่กลับสุขเพราะอะไร พ่อแม่สละ  
ให้แต่กลับได้ความสุขเพราะอะไร ก็เพราะอยากให้ลูก  
เป็นสุข พ่อแม่รักลูกอยากเห็นลูกเป็นสุข ความอยาก  
ให้คนอื่นเป็นสุขนั้น ท่านเรียกว่าเมตตา เมื่อเรามี  
ความอยากให้ผู้อื่นเป็นสุข พอเราทำให้คนอื่นเป็นสุขได้  
ก็สมใจเรา เราก็เป็นสุข

เพราะฉะนั้น คนใดมีเมตตา เกิดความรักแท้  
ขึ้นมา เขาก็มีสิทธิ์ที่จะได้ความสุขประเภทที่สอง คือ  
ความสุขจากการให้ ส่วนคนที่ไม่มีคุณธรรม อยู่กับเขา  
ในโลกตั้งแต่เกิดมาก็ไม่ได้พัฒนา ก็จะมีความสุขประเภท  
เดียว คือ ความสุขจากการได้และการเอา ต้องได้  
ต้องเอาจึงจะเป็นสุข

พอเรามีคุณธรรมเกิดขึ้นในใจ คือมีเมตตาขึ้นมา  
เราก็อยากให้คนอื่นมีความสุข เช่นอยากให้ลูกมีความสุข  
พอเราให้แก่ลูก เราก็มีความสุข ที่นี้ขยายออกไป เรา

รักคนอื่น รักสามี รักภรรยา รักพี่ รักน้อง รักเพื่อนฝูง ยิ่งเรารักจริงขยายกว้างออกไปเท่าไร เราก็อยากให้คนทั่วไปมีความสุขเพิ่มขึ้นเท่านั้น พอเราให้เขาเราก็มีความสุข เพราะเราทำให้เขามีความสุขได้เราก็มีความสุข ความสุขของเรากับความสุขของเขาเหมือนกัน ประสานเป็นอันเดียวกัน

ฉะนั้น คนที่ได้รับการพัฒนาดี มีคุณธรรม เช่น มีเมตตาเกิดขึ้นในใจ จึงเป็นคนที่ได้เปรียบมาก จะมีความสุขเพิ่มขึ้นและขยายออกไป และได้ความสุขที่สะท้อนเสริม คือกลายเป็นว่า ความสุขของเราก็เป็นความสุขของเขา ความสุขของเขาก็เป็นความสุขของเรา เป็นอันเดียวกันไปหมด

คนที่พัฒนามาถึงระดับนี้ ก็มีความสุขเพิ่มขึ้น และ ขยายมิติแห่งความสุขออกไป คือ นอกจากความสุขจากการได้การเอาแล้ว ก็มีความสุขจากการให้เพิ่มขึ้นมาด้วย และเขาก็จะมีชีวิตและความสุขชนิดที่เป็นอิสระมากขึ้น เพราะความสุขของเขาขึ้นต่อวัตถุภายนอกน้อยลง นอกจากนั้น ความสุขของเขาก็เริ่มเป็นเนื้อหาสาระมากขึ้น ไม่เป็นเพียงความสุขผ่าน ๆ

ที่ได้จากการเสพวัตถุให้ตื่นเดินไปคราวหาคอยวิ่งตามหาความสุขขึ้นไป ๆ แต่เขาคิดที่ยืนพื้นประจำอยู่ในใจของตัวเอง การวิ่งไล่ตามหาจากภายนอก เรียกได้ว่าเป็นแบบยั่งยืน

ถ้าคนพัฒนาจนมีความสุขแบบยั่งยืน ก็จะเป็นหลักประกันให้การพัฒนาแบบยั่งยืนได้จริงด้วย เพราะถ้าวิเคราะห์กันให้ถึงที่พัฒนาที่ผิดพลาด ซึ่งกลายเป็นการยั่งยืนนั้น ก็เกิดจากความเชื่อความเข้าใจความสุขและวิธีการหาความสุขของมนุษย์พัฒนาขึ้นมาเลยนั่นเอง ถ้ามนุษย์จมอยู่กับวิธีการในการหาความสุขแบบที่ไม่พอก็ไม่มีทางที่จะทำให้เกิดการพัฒนาแบบยั่งยืน ฉะนั้น การพัฒนาแบบยั่งยืนจะต้องมาเกี่ยวข้อง

เป็นอันว่า การพัฒนาในระดับขั้นที่แท้ นี้ จะทำให้โลกนี้มีความสุขร่มเย็น ตัวบุคคลเองก็สุขสบายพอใจ ทุกอย่าง

มี รักภรรยา รักพี่ รักน้อง รักเพื่อนฝูง  
ายกว้างออกไปเท่าไร เราก็อยากให้คน  
เพิ่มขึ้นเท่านั้น พอเราให้เขาเราก็มี  
ะเราทำให้เขามีความสุขได้เราก็มีความสุข  
กับความสุขของเขาเหมือนกัน ประสาน

คนที่ได้รับการพัฒนาดี มีคุณธรรม เช่น  
ในใจ จึงเป็นคนที่ได้เปรียบมาก จะมี  
และขยายออกไป และได้ความสุขที่  
คือกลายเป็นว่า ความสุขของเราก็เป็น  
ความสุขของเขาก็เป็นความสุขของเรา  
ไปหมด

มามาถึงระดับนี้ ก็มีความสุขเพิ่มขึ้น  
ติแห่งความสุขออกไป คือ นอกจาก  
รได้การเอาแล้ว ก็มีความสุขจากการ  
ย และเขาก็จะมีชีวิตและความสุขชนิด  
ขึ้น เพราะความสุขของเขาขึ้นต่อวัตถุ  
ง นอกจากนั้น ความสุขของเขาก็เริ่ม  
ะมากขึ้น ไม่เป็นเพียงความสุขผ่าน ๆ

ที่ได้จากการเสพวัตถุให้ตื่นเต้นไปคราวหนึ่ง ๆ แล้ว  
คอยวิ่งตามหาความสุขขึ้นไป ๆ แต่เขาจะมีความสุข  
ชนิดที่ยืนพื้นประจำอยู่ในใจของตัวเอง ที่ไม่ต้องรอผล  
การวิ่งไล่ตามหาจากภายนอก เรียกได้ว่าเป็น *ความสุข  
แบบยั่งยืน*

ถ้าคนพัฒนาจนมีความสุขแบบยั่งยืนได้อย่างนี้  
ก็จะเป็นหลักประกันให้การพัฒนาแบบยั่งยืนสำเร็จผล  
ได้จริงด้วย เพราะถ้าวิเคราะห์กันให้ถึงที่สุดแล้ว การ  
พัฒนาที่ผิดพลาด ซึ่งกลายเป็นการพัฒนาแบบไม่  
ยั่งยืนนั้น ก็เกิดจากความเชื่อความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่อง  
ความสุขและวิธีการหาความสุขของมนุษย์ ที่ไม่ได้  
พัฒนาขึ้นมาเลยนั่นเอง ถ้ามนุษย์จมอยู่กับแนวความคิด  
และวิธีการในการหาความสุขแบบที่ไม่พัฒนานั้น ก็  
ไม่มีทางที่จะทำให้เกิดการพัฒนาแบบยั่งยืนได้ เพราะ  
ฉะนั้น การพัฒนาแบบยั่งยืนจะต้องมากับความสุขแบบ  
ยั่งยืน

เป็นอันว่า การพัฒนาในระดับของประโยชน์สุข  
ที่แท้ นี้ จะทำให้โลกนี้มีความสุขร่มเย็น พร้อมกับที่  
ตัวบุคคลเองก็สุขสบายพอใจ ทุกอย่างดีไปหมดเลย

เพราะอะไรต่ออะไรก็มาเกื้อกูลซึ่งกันและกัน ฉะนั้น  
เมื่อเดินทางถูกแล้ว ชีวิตก็สมบูรณ์ และความสุขก็ยิ่ง  
มากขึ้น จนเป็นความสุขที่สมบูรณ์ไปด้วย

ขอแทรกข้อสังเกตว่า เวลาเรารักใคร ก็จะมี  
ความรักสองแบบ ไม่แบบใดก็แบบหนึ่ง หรืออาจจะ  
ทั้งสองแบบปนกันอยู่ ได้แก่ ความรักแบบที่หนึ่ง เมื่อ  
รักใคร ก็คือต้องการจะเอาเขามารุงความสุขของเรา  
และความรักแบบที่สอง เมื่อรักใคร ก็คืออยากให้เขา  
มีความสุข พอเราอยากให้เป็นสุข เราก็คงพยายาม  
ทำให้เขาเป็นสุข ไม่ว่าจะทำอย่างไรก็ตามที่จะทำให้เขา  
เป็นสุขได้ เราก็คงพยายามทำ เพราะฉะนั้น เราก็คงให้  
เราก็ช่วยเหลือเกื้อกูลเอาใจใส่อะไรต่าง ๆ ทำให้เขา  
เป็นสุข พอเขาเป็นสุข เราก็เป็นสุขด้วย

ฉะนั้น ความรักประเภทที่ ๒ นี่จึงเป็นคุณธรรม  
ท่านเรียกว่าเมตตา เช่น พ่อแม่รักลูก ก็อยากให้ลูก  
เป็นสุข แล้วก็พยายามทำให้ลูกเป็นสุข ด้วยการให้  
เป็นต้น แล้วเราก็คงขยายความรักประเภท ๒ คือ  
เมตตานี้ออกไปให้กว้างขวาง เป็นการพัฒนาที่ทำให้มี  
ชีวิตและสังคมที่ดีงาม เพราะตัวเราเองก็ขยายขอบเขต

ของความสุขได้มากขึ้น พร้อมกับที่โลกก็  
ขึ้นด้วย

ตกลงว่า นี่แหละคือหลักธรรม  
พระพุทธเจ้าสอนไว้ ซึ่งถ้าเราปฏิบัติ  
คุณประโยชน์แก่ชีวิตของเรา และช่วย  
เป็นสุขไปด้วย

ชีวิตสมบูรณ์ สุขก็สมบูรณ์  
สมบูรณ์ เพราะจิตเป็นอิสระด้วย  
การพัฒนาอย่างสมบูรณ์

การปฏิบัติธรรมนี้ทำให้ทุกคน  
กลมกลืนกันไปหมด เช่น ประโยชน์สุข  
เพื่อประโยชน์สุขของผู้อื่นด้วย ประโยชน์  
ก็เป็นประโยชน์สุขของเราด้วย ไม่ขัดแย้ง  
ไม่ปฏิบัติตามธรรม ทุกอย่างจะขัดแย้งกัน  
ความสุข ก็เป็นความสุขที่แย้งซึ่งกัน ซึ่งจ  
มากกว่าสุข

อะไรก็มาเกื้อกูลซึ่งกันและกัน ฉะนั้น  
แล้ว ชีวิตก็สมบูรณ์ และความสุขก็ยิ่ง  
ขึ้นความสุขที่สมบูรณ์ไปด้วย  
ทุกข้อสังเกตว่า เวลาเรารักใคร ก็จะมี  
แบบ ไม่แบบใดก็แบบหนึ่ง หรืออาจจะ  
กันอยู่ ได้แก่ ความรักแบบที่หนึ่ง เมื่อ  
เื่องการจะเอาเขามาบำรุงความสุขของเรา  
แบบที่สอง เมื่อรักใคร ก็คืออยากให้เขา  
อเราอยากให้เป็นสุข เราก็จะพยายาม  
รุษ ไม่ว่าจะทำอะไรก็ตามที่จะทำให้เขา  
เราก็พยายามทำ เพราะฉะนั้น เราก็ให้  
อเกื้อกูลเอาใจใส่อะไรต่าง ๆ ทำให้เขา  
เขาเป็นสุข เราก็เป็นสุขด้วย  
ความรักประเภทที่ ๒ นี่จึงเป็นคุณธรรม  
มตตา เช่น พ่อแม่รักลูก ก็อยากให้ลูก  
วก็พยายามทำให้ลูกเป็นสุข ด้วยการให้  
แล้วเราก็ขยายความรักประเภท ๒ คือ  
ไปให้กว้างขวาง เป็นการพัฒนาที่ทำให้มี  
มที่ดีงาม เพราะตัวเราเองก็ขยายขอบเขต

ของความสุขได้มากขึ้น พร้อมกับที่โลกก็มีความสุขมาก  
ขึ้นด้วย

ตกลงว่า นี่แหละคือหลักธรรมต่าง ๆ ที่  
พระพุทธเจ้าสอนไว้ ซึ่งถ้าเราปฏิบัติตามได้ ก็เป็น  
คุณประโยชน์แก่ชีวิตของเรา และช่วยให้โลกนี้ร่มเย็น  
เป็นสุขไปด้วย

**ชีวิตสมบูรณ์ สุขก็สมบูรณ์ สังคมก็สุข  
สมบูรณ์ เพราะจิตเป็นอิสระด้วยปัญญา ที่ถึง  
การพัฒนาอย่างสมบูรณ์**

การปฏิบัติธรรมนี้ทำให้ทุกอย่างประสาน  
กลมกลืนกันไปหมด เช่น ประโยชน์สุขของเราก็เป็นไป  
เพื่อประโยชน์สุขของผู้อื่นด้วย ประโยชน์สุขของผู้อื่น  
ก็เป็นประโยชน์สุขของเราด้วย ไม่ขัดแย้งกัน แต่ถ้าเรา  
ไม่ปฏิบัติตามธรรม ทุกอย่างจะขัดแย้งกันหมด แม้แต่  
ความสุข ก็เป็นความสุขที่แย้งชิงกัน ซึ่งจะต้องเป็นทุกข์  
มากกว่าสุข



เมื่อปฏิบัติไปตามหลักการนี้จนถึงที่สุดแล้ว เราก็เป็นอิสระอย่างที่ว่ามาแล้ว จนถึงขั้นที่ว่า กฎธรรมชาติที่ว่าสิ่งทั้งปวงเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันก็เป็นของมันตามธรรมชาติ กฎธรรมชาติก็เป็นกฎของธรรมชาติ มันเป็นอย่างไกรก็เป็นของมันไปซี เราก็อยู่ดีได้อย่างเป็นอิสระของเรา ไม่ถูกมันเข้ามาบีบคั้น ถ้าทำได้ถึงขั้นนั้น ก็เป็นความสุขที่ไม่ขึ้นต่อวัตถุและไม่ขึ้นต่อแม้แต่นามธรรม ความดี คือมีความสุขอยู่ในใจตลอดเวลา เป็นความสุขที่ไม่ต้องหา ไม่ต้องไปขึ้นต่อสิ่งอื่น แต่เป็นความสุขที่เต็มเปี่ยมอยู่ในใจตลอดเวลา

เมื่อมีความสุขเต็มอยู่ในใจตลอดเวลาแล้ว มันก็เป็นอิสระ เป็นปัจจุบันทุกขณะ ก็จึงเรียกว่าเป็นชีวิตที่สมบูรณ์ เมื่อเรามีชีวิตที่สมบูรณ์เป็นอิสระอย่างนี้แล้ว เราจะมีประโยชน์สุขขั้นที่หนึ่ง และประโยชน์สุขขั้นที่สอง มันก็เป็นส่วนประกอบเข้ามา ที่ไม่ทำให้เกิดปัญหา และยังเพิ่มพูนขยายประโยชน์สุขให้ทวียิ่งขึ้นไปอีก

ฉะนั้น ในฐานะพุทธศาสนิกชน เราควรจะพัฒนาชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนาให้เข้าถึงประโยชน์สุขทุกขั้น

ขอทบทวนอีกทีหนึ่ง

ประโยชน์สุขระดับที่ ๑ ด้านรู้มองเห็นหรือเห็นได้กับตา คือการมีสุทรัพย์สินเงินทอง การมีอาชีพการงาน การมียศ ฐานะ ตำแหน่ง การเป็นที่รัก การมีมิตรสหายบริวาร และการมีชีวิต

ประโยชน์สุขระดับที่ ๒ ด้านรู้สึกสัมผัสจากตามองเห็น คือเรื่องของดีงาม การมีความสุขที่เกิดจากความดีของชีวิต การได้บำเพ็ญประโยชน์ช่วยเพื่อนมนุษย์ ความมีศรัทธาในสิ่งที่ดีของจิตใจ และการมีปัญญาที่ทำให้รู้ทั้งหลายได้ถูกต้องและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นชีวิตเป็นอยู่ด้วยดี

ประโยชน์สุขระดับที่ ๓ ด้านโลกุตตระ ที่อยู่เหนือกระแสความโลภธรรม คือความเป็นผู้มีจิตใจเป็นอิสระเท่าทันต่อสิ่งทั้งหลาย รู้โลกและชีวิตตาจนกระทั่งว่าโลกธรรมเกิดขึ้นมากระ

ปฏิบัติไปตามหลักการนี้จนถึงที่สุดแล้ว เรา  
เห็นว่ามาแล้ว จนถึงขั้นที่ว่า กฎธรรมชาติ  
เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันก็เป็นของ  
าติ กฎธรรมชาติก็เป็นกฎของธรรมชาติ  
ก็เป็นของมันไปซี เราก็อยู่ได้อย่างเป็น  
ไม่ถูกมันเข้ามาบีบคั้น ถ้าทำได้ถึงขั้นนั้น  
ไม่ขึ้นต่อวัตถุและไม่ขึ้นต่อแม้แต่นามธรรม  
ความสุขอยู่ในใจตลอดเวลา เป็นความสุข  
ไม่ต้องไปขึ้นต่อสิ่งอื่น แต่เป็นความสุขที่  
ใจตลอดเวลา

ความสุขเต็มอยู่ในใจตลอดเวลาแล้ว มัน  
เป็นปัจจุบันทุกขณะ ก็จึงเรียกว่าเป็นชีวิต  
เรามีชีวิตที่สมบูรณ์เป็นอิสระอย่างนี้แล้ว  
ขั้นสุขขั้นที่หนึ่ง และประโยชน์สุขขั้น  
เป็นส่วนประกอบเข้ามา ที่ไม่ทำให้เกิด  
เพิ่มพูนขยายประโยชน์สุขให้ทวียิ่งขึ้นไปอีก  
ในฐานะพุทธศาสนิกชน เราควรจะพัฒ  
ักพระพุทธศาสนาให้เข้าถึงประโยชน์สุข

ขอทบทวนอีกทีหนึ่ง

ประโยชน์สุขระดับที่ ๑ ด้านรูปธรรม ที่ตา  
มองเห็นหรือเห็นได้กับตา คือการมีสุขภาพดี การมี  
ทรัพย์สินเงินทอง การมีอาชีพการงานเป็นหลักฐาน  
การมีศ ฐานะ ตำแหน่ง การเป็นที่ยอมรับในสังคม  
การมีมิตรสหายบริวาร และการมีชีวิตครอบครัวที่ดี

ประโยชน์สุขระดับที่ ๒ ด้านนามธรรม ที่  
ลึกล้ำเลยจากตามองเห็น คือเรื่องของคุณธรรมความ  
ดีงาม การมีความสุขที่เกิดจากความมั่นใจในคุณค่า  
ของชีวิต การได้บำเพ็ญประโยชน์ช่วยเหลือเกื้อกูลแก่  
เพื่อนมนุษย์ ความมีศรัทธาในสิ่งที่ดีงาม ที่เป็นหลัก  
ของจิตใจ และการมีปัญญาที่ทำให้รู้จักปฏิบัติต่อสิ่ง  
ทั้งหลายได้ถูกต้องและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ทำให้  
ชีวิตเป็นอยู่ด้วยดี

ประโยชน์สุขระดับที่ ๓ ด้านนามธรรมชั้น  
โลกุตตระ ที่อยู่เหนือกระแสความไหลเวียนของ  
โลกธรรม คือความเป็นผู้มีจิตใจเป็นอิสระ ด้วยความรู้  
เท่าทันต่อสิ่งทั้งหลาย รู้โลกและชีวิตตามความเป็นจริง  
จนกระทั่งว่าโลกธรรมเกิดขึ้นมากระทบกระทั่งก็ไม่

ห้วนไหว วางใจและปฏิบัติได้ถูกต้องตามเหตุปัจจัย  
ปล่อยให้อนุธรรมชาติทั้งหลายก็เป็นกฏธรรมชาติดู  
ตามธรรมชาติ ความทุกข์ที่มีอยู่ในธรรมชาติ ก็คงเป็น  
ทุกข์ของธรรมชาติไป ไม่เข้ามากระทบกระทั่งบีบคั้น  
จิตใจของเราได้ เป็นผู้มีสุขอยู่กับตนเองตลอดทุกเวลา  
ก็จบ ได้เท่านั้น **ชีวิตก็สมบูรณ์แล้ว**

อาตมาในวันนี้ ก็เล่านำธรรมของพระพุทธเจ้า  
เรื่องชีวิตที่สมบูรณ์นี้มาเล่าให้ญาติโยมฟัง อย่างน้อย  
ในวันนี้ญาติโยมก็ทำประโยชน์สุขได้มากแล้ว

๑. ในด้านปัจจัยสี่ ทรัพย์เงินทอง และ  
ฐานะทางสังคม ตลอดจนมิตรสหายบริวาร ท่านทั้งหลาย  
ที่มานี้ อาตมาเชื่อว่าก็ทำกันมาได้มากพอสมควร คือ  
มีประโยชน์สุขในด้านวัตถุ ที่เป็นรูปธรรมซึ่งตามองเห็น  
กันเยอะแยะ นับว่าเป็นฐานที่ดีแล้ว

๒. ในขณะนี้ท่านทั้งหลายก็มีใจเป็นบุญเป็น  
กุศล พากันเดินทางมาด้วยความมีศรัทธาในพระ  
ศาสนา มีน้ำใจเกื้อกูลต่อพระสงฆ์ มีไมตรีธรรมต่อกัน  
ในหมู่ญาติมิตร แล้วก็มาพบกันด้วยความสุขชื่นใจ  
ในไมตรีต่อกัน โดยที่แต่ละท่านก็เป็นผู้มีการศึกษา มี

หน้าที่การงาน และมีการสมาคมที่  
คำนึงเกี่ยวกับการสร้างสรรค์สังคมส่วน  
เรื่องของนามธรรมความดี ที่จะทำให้  
ขึ้นไป และจะทำให้เราใช้ประโยชน์สุข  
ทรัพย์เงินทอง ยศ ตำแหน่ง อำนาจ  
ทำประโยชน์สุขขั้นที่สองให้เกิดเพิ่มขึ้น  
ขยายออกไป

๓. เมื่อเรามีชีวิตและอยู่ในโลก  
และรู้จักโลกนั้นให้ชัดเจนตามเป็นจริง  
เท่าทันโลกและชีวิตนั้น เราจะได้ปฏิบัติ  
จริง ๆ ทั้งทางจิตใจและในการดำเนิน  
สร้างสรรค์วัตถุและทำความดีกันมาแล้ว  
ความจริงกันให้จริง ๆ ด้วย จึงจะ  
พระพุทธศาสนาโดยสมบูรณ์ แล้ว  
ของเราเป็น**ชีวิตที่สมบูรณ์** โดยมี  
เหนือโลกธรรมทั้งปวงด้วยปัญญาที่  
ความสุขที่สมบูรณ์

งใจและปฏิบัติได้ถูกต้องตามเหตุปัจจัย  
 รมชาติทั้งหลายก็เป็นกฎธรรมชาติอยู่  
 ความทุกข์ที่มีอยู่ในธรรมชาติ ก็คงเป็น  
 ชาติไป ไม่เข้ามากระทบกระทั่งบีบคั้น  
 เป็นผู้มีความสุขอยู่กับตนเองตลอดทุกเวลา  
**ชีวิตก็สมบูรณ์แล้ว**

มาในวันนี้ ก็เลขนำธรรมของพระพุทธเจ้า  
 ธรรมนี้มาเล่าให้ญาติโยมฟัง อย่างน้อย  
 าก็ทำประโยชน์สุขได้มากแล้ว

ด้านปัจจัยสี่ ทรัพย์สินเงินทอง และ  
 ตลอดจนมิตรสหายบริวาร ท่านทั้งหลาย  
 เชื่อว่าก็ทำกันมาได้มากพอสมควร คือ  
 ด้านวัตถุ ที่เป็นรูปธรรมซึ่งตามองเห็น  
 ับว่าเป็นฐานที่ดีแล้ว

ขณะนี้ท่านทั้งหลายก็มีใจเป็นบุญเป็น  
 เดินทางมาด้วยความมีศรัทธาในพระ  
 ก่อกุลต่อพระสงฆ์ มีโมตรธรรมต่อกัน  
 แล้วก็มาพบกันด้วยความสุขชื่นใจ  
 โดยที่แต่ละท่านก็เป็นผู้มีการศึกษา มี

หน้าที่การงาน และมีการสมาคมที่ทำให้มีความคิด  
 คำนึงเกี่ยวกับการสร้างสรรค์สังคมส่วนรวม นี่ก็เป็น  
 เรื่องของนามธรรมความดี ที่จะทำให้เราพัฒนากันยืง  
 ขึ้นไป และจะทำให้เราใช้ประโยชน์สุขระดับที่ ๑ เช่น  
 ทรัพย์สินเงินทอง ยศ ตำแหน่ง อำนาจ ในการที่จะ  
 ทำประโยชน์สุขขั้นที่สองให้เกิดเพิ่มขึ้น ประโยชน์สุขก็  
 ขยายออกไป

๓. เมื่อเรามีชีวิตและอยู่ในโลก ก็ต้องรู้จักชีวิต  
 และรู้จักโลกนั้นให้ชัดเจนตามเป็นจริง อย่างที่รู้ว่ารู้  
 เท่าทันโลกและชีวิตนั้น เราจะได้ปฏิบัติต่อมันได้ถูกต้อง  
 จริง ๆ ทั้งทางจิตใจและการดำเนินชีวิต เมื่อได้  
 สร้างสรรค์วัตถุและทำความดีกันมาแล้ว ก็ควรเข้าถึง  
 ความจริงกันให้จริง ๆ ด้วย จึงจะได้ประโยชน์จาก  
 พระพุทธศาสนาโดยสมบูรณ์ แล้วก็จะทำให้ชีวิต  
 ของเราเป็น**ชีวิตที่สมบูรณ์** โดยมีจิตใจที่เป็นอิสระ  
 เหนือโลกธรรมทั้งปวงด้วย**ปัญญาที่สมบูรณ์** และมี  
**ความสุขที่สมบูรณ์**

## งานก็ได้ผล คนก็เป็นสุข

การแสดงธรรมนี้ถือเป็นการคุยกันแบบสบาย ๆ มากกว่า คืออย่าให้ถือเป็นเรื่องหนักอะไรเลย พอบอกว่าให้มาฟังพระแสดงธรรม เดี่ยวจะนึกว่าเป็นเรื่องที่ยาก เป็นเรื่องของคัมภีร์วัด แล้วก็เลยอยากจะง่วง เพราะฉะนั้น ก็ขอให้ถืออย่างที่ว่า เป็นการได้มาเยี่ยมเยียนกัน เมื่อมีการเยี่ยมเยียนกันแล้วก็มาพูดคุยสนทนาปราศรัยกัน ก็เป็นทำนองนี้ และเมื่อจะเยี่ยมเยียนชนิดที่ได้มีโอกาสพบกันมากทำนองนี้ ก็ต้องมาอยู่ในที่ประชุมเช่นนี้ เพราะมาเยี่ยมประเดี๋ยวเดียว ถ้าไม่จัดประชุมก็ได้พบกันไม่กี่คน การที่คุณยอมจัดให้แสดงธรรม อย่างนี้ก็เท่ากับว่าทำให้มีโอกาสได้พบกับหลาย ๆ ท่านนั่นเอง อันนี้ก็ป็นวิธีการอย่างหนึ่ง

ทีนี้ เมื่อมาพบกันแล้ว ก็ได้คุยสนทนาปราศรัย ในฐานะที่เป็นพระจะคุยเรื่องอะไรดี ก็คุยเรื่องธรรมให้ฟัง

สำหรับสถานที่นี้เป็นที่ทำงาน เมื่อเป็นโรงงานแล้วจะคุยเรื่องอะไรดี เรื่องงาน แต่มองในแง่หนึ่ง คนที่ขางก็ไม่น้อยอยากให้พูดถึงเรื่องงาน ทำงานอยู่ก็หนักพอแล้ว พอมีคนมาเชิญงานอีก แทนที่จะเอาเรื่องสนุก ๆ มาคุย เป็นการเปลี่ยนบรรยากาศ กลับมาคุยก็ยังแหย่ใหญ่ แต่อาตมาก็คิดว่า ในแง่ที่พูดเรื่องงานนี้แหละ แต่พูดให้ถูกแง่มุม เป็นประโยชน์แก่ชีวิตระยะยาวด้วย

บางทีการพูดเรื่องอื่นสลับเข้ามาสนาน เป็นการเปลี่ยนบรรยากาศเฉพ แล้วก็ผ่านไป แต่แล้วเราก็ต้องกลับมาอีก ก็ต้องหนักต่อไปตามเดิม

## ได้ผล คนก็เป็นสุข

แสดงธรรมนี้ถือเป็นการคุยกันแบบสบาย ๆ  
 ฆ่าให้ถือเป็นเรื่องหนักอะไรเลย พอบอกว่า  
 แสดงธรรม เดี่ยวจะนึกว่าเป็นเรื่องที่ยาก  
 พท์วัด แล้วก็เลยอยากจะข่วง เพราะ  
 ถืออย่างที่ว่า เป็นการได้มาเยี่ยมเยียนกัน  
 เยียนกันแล้วก็มาพูดคุยสนทนาปราศรัยกัน  
 และเมื่อจะเยี่ยมเยียนชนิดที่ได้มีโอกาส  
 น ก็ต้องมาอยู่ในที่ประชุมเช่นนี้ เพราะ  
 ยวเดียว ถ้าไม่จัดประชุมก็ได้พบกันไม่กี่คน  
 ัดให้แสดงธรรม อย่างนี้ก็เท่ากับว่าทำให้  
 กับหลาย ๆ ท่านนั่นเอง อันนี้ก็เป็  
 ึ่ง

เมื่อมาพบกันแล้ว ก็ได้คุยสนทนาปราศรัย  
 พระจะคุยเรื่องอะไรดี ก็คุยเรื่องธรรม

สำหรับสถานที่นี้เป็นที่ทำงาน เป็นโรงงาน  
 เมื่อเป็นโรงงานแล้วจะคุยเรื่องอะไรดี ก็น่าจะคุยกัน  
 เรื่องงาน แต่มองในแง่หนึ่ง คนที่ทำงานอยู่แล้วนี้  
 บางทีก็ไม่ค่อยอยากให้พูดถึงเรื่องงาน คือตัวเอง  
 ทำงานอยู่ก็หนักพอแล้ว พอมีคนมาเยี่ยมก็มาพูดเรื่อง  
 งานอีก แทนที่จะเอาเรื่องสนุก ๆ มาคุยกันให้สบายใจ  
 เป็นการเปลี่ยนบรรยากาศ กลับมาคุยกันเรื่องงานเลย  
 ยิ่งแย่ใหญ่ แต่อาตมาก็คิดว่า ในแง่หนึ่งถ้าหากว่าเรา  
 พูดเรื่องงานนี้แหละ แต่พูดให้ถูกแง่มันก็ดี แล้วก็  
 เป็นประโยชน์แก่ชีวิตระยะยาวด้วย

บางทีการพูดเรื่องอื่นสลับเข้ามาก็อาจจะสนุก-  
 สนาน เป็นการเปลี่ยนบรรยากาศเฉพาะชั่วคราวช่วยยาม  
 แล้วก็ผ่านไป แต่แล้วเราก็ต้องกลับมาทำงานของเรา  
 อีก ก็ต้องหนักต่อไปตามเดิม

## ชีวิตจะสุขสันต์ ถ้าทำงานมีความสุข



ทีนี้ ถ้าเรามาเผชิญหน้ากับเรื่องงานเลย เอาละ เรื่องงานเป็นเรื่องหนัก เรื่องต้องใช้กำลัง เรื่องต้องใช้เรี่ยวแรงและต้องใช้ความคิด บางทีก็ถึงกับเครียด แต่เราก็จะพูดกันเรื่องงานนี้แหละ เป็นการเผชิญหน้ากับความจริงกันเลย มันอาจจะดีมาก็ได้ เพราะว่างานนั้นถ้าปฏิบัติให้ถูกต้องแล้ว ก็เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดผลดีระยะยาวแก่ชีวิตทั้งหมด ถ้าทำงานแล้วมีความสุข ชีวิตนี้ก็มีความสุขยาวนานมากมาย แต่ถ้าการทำงานเป็นการทนทุกข์ ชีวิตส่วนใหญ่ของเราก็จะเป็น ชีวิตแห่งความทุกข์ที่ต้องทน เพราะอะไร เพราะว่างานเป็นกิจกรรมส่วนใหญ่ของชีวิตของเรา มันกินเวลาส่วนใหญ่ในชีวิตของเรา อย่างท่านที่อยู่บริษัทนี้ ก็ต้องสละเวลาให้แก่กิจการของบริษัทวันหนึ่งมากที่สุดทีเดียว

อาตมาได้เดินไปชมกิจการของบริษัท และท่านที่นำชมก็เล่าและอธิบายให้ฟัง ก็ได้ทราบว่าชาวบริษัททำงานกันนาน อย่างพนักงานที่ยืนทำงาน เท่าที่มอง

เห็นนั้น ท่านบอกว่าต้องยืนนาน บางทีนานมาก นับว่าเป็นเรื่องที่หนักทีเดียว กินเวลาของชีวิตเข้าไปตั้งครึ่งวันแล้ว ชั่วโมง หมดไป ๑๒ ชั่วโมงกับการยืน จากนั้นยังต้องไปทำกิจธุระส่วนตัวอีก กลับนอนเสียบ้าง เวลาในวันหนึ่งนี่เหลือไม่เท่าไร และต่อจากวันทำงานแล้วก็อีกคนละคงจะ ๒ วัน ถึงแม้ว่าอารายละเอียด แต่ก็สรุปได้ว่าเราใช้เวลามาก การงานครอบครองชีวิตส่วนใหญ่ ฉะนั้น เราควรปฏิบัติต่อการงานให้มีความสุขคุ้มกับเวลาที่เป็นอยู่

คนเรานี้ต้องการให้ชีวิตมีความสุขที่จะให้ชีวิตมีความสุขนั้น งานเป็นส่วนชีวิตมีความสุขได้ แต่ในเวลาที่เราใช้ชีวิตมีความสุขได้นี้ เรามองกันอย่างไรไปที่ผลที่จะเกิดขึ้นหลังจากทำงานแล้ว ความหวังว่าหลังจากทำงานแล้วเราจะได้นำไปซื้อของต่าง ๆ ที่เราชอบใจ หรือ

ขสันต์ ถ้าทำงานมีความสุข



มาเผชิญหน้ากับเรื่องงานเลย เอาละ  
หนัก เรื่องต้องใช้กำลัง เรื่องต้องใช้  
ใช้ความคิด บางทีก็ถึงกับเครียด แต่  
องงานนี้แหละ เป็นการเผชิญหน้ากับ  
มันอาจจะดีมากก็ได้ เพราะว่างาน  
ถูกต้องแล้ว ก็เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดผลดี  
ทั้งหมด ถ้าทำงานแล้วมีความสุข  
ยาวนานมากมาย แต่ถ้าการทำงาน  
ชีวิตส่วนใหญ่ของเราก็จะเป็น ชีวิต  
ต้องทน เพราะอะไร เพราะว่างาน  
ใหญ่ของชีวิตของเรา มันกินเวลา  
ของเรา อย่างท่านที่อยู่บริษัทนี้ ก็ต้อง  
จัดการของบริษัทวันหนึ่งมากที่สุด  
ัดเดินไปชมกิจการของบริษัท และท่าน  
อธิบายให้ฟัง ก็ได้ทราบว่าชาวบริษัท  
อย่างพนักงานที่ยืนทำงาน เท่าที่มอง

เห็นนั้น ท่านบอกว่าต้องยืนนาน บางทีถึง ๑๒ ชั่วโมง  
นานมาก นับว่าเป็นเรื่องที่หนักทีเดียว แสดงว่างานนั้น  
กินเวลาของชีวิตเข้าไปถึงครึ่งวันแล้ว วันหนึ่งมี ๒๔  
ชั่วโมง หักไป ๑๒ ชั่วโมงกับการยืนอย่างนั้น นอก  
จากนั้นยังต้องไปทำกิจธุระส่วนตัวอีก แล้วก็พักผ่อน  
หลับนอนเสียบ้าง เวลาในวันหนึ่งนี้เหลือจากการทำงาน  
ไม่เท่าไร และต่อจากวันทำงานแล้วก็เหลือวันพักผ่อน  
อีกคนละคงจะ ๒ วัน ถึงแม้ว่าอาตมาจะไม่ทราบ  
รายละเอียด แต่ก็สรุปได้ว่าเราใช้เวลาไปกับการงาน  
มาก การงานครอบครองชีวิตส่วนใหญ่ของเรา เพราะ  
ฉะนั้น เราควรปฏิบัติต่อการทำงานให้ถูก เพื่อให้ชีวิตนี้  
มีความสุขคุ้มกับเวลาที่เป็นอยู่

คนเรานี้ต้องการให้ชีวิตมีความสุข และในการ  
ที่จะให้ชีวิตมีความสุขนั้น งานเป็นส่วนหนึ่งที่จะทำให้  
ชีวิตมีความสุขได้ แต่ในเวลาที่เรามองว่างานทำให้  
ชีวิตมีความสุขได้นี้ เรามองกันอย่างไร เรามักจะมอง  
ไปที่ผลที่จะเกิดขึ้นหลังจากทำงานแล้ว คือมองด้วย  
ความหวังว่าหลังจากทำงานแล้วเราจะได้เงิน แล้วจะ  
ได้นำไปซื้อของต่าง ๆ ที่เราชอบใจ หรือไปเที่ยวที่โน่น



ที่นั่น กินไข่เที่ยวเล่นแล้วเราก็จะมีความสุข เป็นการคิดหมายไปข้างหน้าในอนาคตว่า หลังจากทำงานไปแล้ว จะได้ผลของงานเป็นเงินทอง ที่จะนำไปใช้จ่ายแล้วก็จะมีความสุขจากการกระทำในอนาคตนั้น ไม่ได้มองที่ความสุขจากตัวงาน คือไม่ได้มองว่าตัวงานนั้นทำให้มีความสุข บางทีถึงกับมองว่าตัวงานนั้นเป็นความทุกข์ไปก็มี

บางคนไปมองว่าเวลาทำงานเราต้องทน ก็ทนทำมันไป ทำให้มันเสร็จ แล้วเราก็จะได้รับผลตอบแทน ผลตอบแทนนั้นแหละจึงจะทำให้เรามีความสุข เราจะไปมีความสุขในอนาคตตอนไหน ถ้าอย่างนี้ก็แสดงว่าเวลาที่เรามีความสุขนี้มันเหลือน้อย เพราะเวลาที่เป็นส่วนใหญ่ของชีวิตเป็นเวลาที่มีความทุกข์ ต้องทนต้องรอความสุขที่ยังไม่มาถึง

คนจำนวนมากจะมองเรื่องงานอย่างนี้ ซึ่งแสดงว่าแม้จะมองว่าความสุขเป็นผลที่ได้จากงานก็จริง แต่มองกันคนละจุด คือ คนทั่วไปมองจุดที่ว่า ตัวงานไม่ใช่ความสุข ต้องได้ผลตอบแทนจากงานนั้น แล้วจึงไปหาความสุขอีกทีหนึ่ง อย่างนี้ก็หมายความว่าตัวงาน

นั้นไม่ทำให้เราเกิดความสุขโดยตรง เบนบอกว่า ชีวิตของเรานั้นมีความสุข น้อยๆ ทุกข์ต้องทน หากว่าเรามองงานเป็นทุกข์ต้องทน ก็แสดงว่าชีวิตส่วนใหญ่ต้องทุกข์

ถ้าเรามองเสียใหม่ ว่าจะทำอย่างไร เรามีความสุขให้มากที่สุด ในเมื่องานเป็นของเรา เราก็ต้องหาทางทำให้งานเป็นความสุข แล้วเวลาส่วนใหญ่ของชีวิตก็และยิ่งกว่านั้นก็คือว่า นอกจากตอนความสุขไปด้วยแล้ว ยังได้รับผลตอบแทนทำงาน แล้วก็ไปมีความสุขอีก เป็นความสุขขั้นหนึ่ง ก็เลยสุขไปหมด สุขสองชั้น สุข

เพราะฉะนั้น จุดสำคัญที่จะให้ก็อยู่ที่ว่า เราจะต้องจัดการกับงานหรือของเราให้ถูกต้อง ให้มีความสุขในตอนที่มีจะนั้นแล้วชีวิตของเราส่วนใหญ่จะไม่มีส่วนที่เป็นสุขน้อยกว่าส่วนที่เป็นทุกข์ต้องทน ตกลงว่าเราจะทำงานกันให้มีไม่ใช่มาสนุกโลดเต้นกันนะ เดี่ยวจะว่า

ขวเล่นแล้วเราก็จะมีความสุข เป็นการ  
หน้าในอนาคตว่า หลังจากทำงานไป  
ของงานเป็นเงินทอง ที่จะนำไปใช้จ่าย  
สุขจากการกระทำในอนาคตนั้น ไม่ได้  
จากตัวงาน คือไม่ได้มองว่าตัวงานนั้น  
บางทีถึงกับมองว่าตัวงานนั้นเป็น

ไปมองว่าเวลาทำงานเราต้องทน ก็ทน  
มันเสร็จ แล้วเราก็จะได้รับผลตอบแทน  
แหละจึงจะทำให้เรามีความสุข เราจะ  
อนาคตตอนไหน ถ้าอย่างนี้ก็แสดงว่า  
ความสุขนี้มันเหลือน้อย เพราะเวลาที่  
งชีวิตเป็นเวลาที่มีความทุกข์ ต้องทน  
ที่ยังไม่มาถึง

วนมากจะมองเรื่องงานอย่างนี้ ซึ่ง  
เองว่าความสุขเป็นผลที่ได้จากงานก็จริง  
ะจุด คือ คนทั่วไปมองจุดที่ว่า ตัวงาน  
ต้องได้ผลตอบแทนจากงานนั้น แล้วจึง  
กทีหนึ่ง อย่างนี้ก็หมายความว่าตัวงาน

นั้นไม่ทำให้เราเกิดความสุขโดยตรง เท่ากับเป็นการ  
บอกว่า ชีวิตของเรานั้นมีความสุข น้อยกว่าส่วนที่ต้อง  
ทุกข์ต้องทน หากว่าเรามองงานเป็นเรื่องที่ต้องทุกข์  
ต้องทน ก็แสดงว่าชีวิตส่วนใหญ่ต้องทุกข์ต้องทน

ถ้าเรามองเสียใหม่ว่าจะทำอะไรให้ชีวิตของ  
เรามีความสุขให้มากที่สุด ในเมื่องานเป็นชีวิตส่วนใหญ่  
ของเรา เราก็ต้องหาทางทำให้งานเป็นตัวที่ทำให้เกิด  
ความสุข แล้วเวลาส่วนใหญ่ของชีวิตก็จะมีความสุข  
และยิ่งกว่านั้นก็คือว่า นอกจากตอนที่ทำงานจะมี  
ความสุขไปด้วยแล้ว ยังได้รับผลตอบแทนจากการ  
ทำงาน แล้วก็ไปมีความสุขอีก เป็นความสุขซ้อนอีก  
ชั้นหนึ่ง ก็เลยสุขไปหมด สุขสองชั้น สุขตลอดเวลา

เพราะฉะนั้น จุดสำคัญที่จะให้ชีวิตมีความสุข  
ก็อยู่ที่ว่า เราจะต้องจัดการกับงานหรือปฏิบัติต่องาน  
ของเราให้ถูกต้อง ให้มีความสุขในตอนที่เราทำงานนั้นแหละ  
มีฉะนั้นแล้วชีวิตของเราส่วนใหญ่จะมีความสุข จะมี  
ส่วนที่เป็นสุขน้อยกว่าส่วนที่เป็นทุกข์หรือที่ต้องทุกข์  
ต้องทน ตกลงว่าเราจะทำงานกันให้มีความสุข แต่  
ไม่ใช่มาสนุกโลดเต้นกันนะ เดียวจะว่าเป็นงานแบบ

งานวัด งานลอยกระทง อย่างนั้นก็เป็งานเหมือนกัน เราเรียกว่างาน งานลอยกระทงก็สนุก งานวัดไปดูหนัง ดูลิเกก็สนุก นั่นก็งานเหมือนกัน แต่งานแบบนั้นเป็น งานที่เราไปดูเขา เราไม่ต้องทำเอง

แต่ที่ท่านพูดอย่างนั้น มันมีแง่ความหมาย คือ แสดงว่าคนไทยแต่เดิมนั้นมองงานในแง่สนุกสนานด้วย เช่นว่างานวัด งานลอยกระทง งานสงกรานต์ ทำไม เป็นงาน ก็ต้องอธิบายว่า คนไทยสมัยโบราณมองว่า งานนี้เป็นเรื่องสนุกสนาน เพลิดเพลิน มีความสุข ไม่ใช่เรื่องทุกข์ แม้แต่ไปเกี่ยวข้าวกัน ก็ยังไปร้องเพลง นั่นก็เป็งานเหมือนกัน คือว่า เราไม่ได้มองเฉพาะตัว กิจกรรมที่ทำเท่านั้น แต่เรามองถึงจิตใจ ว่าให้มีความ เพลิดเพลินเจริญใจ บันเทิงไปด้วย

คนสมัยหลังนี้มาได้ยินคำว่างานวัด งาน สงกรานต์ งานลอยกระทง เป็นต้น แล้วก็ไม่ได้มองในแง่ว่าที่จริงมันเป็นงาน คือเป็นกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ ด้วย ไปมองแต่ในแง่สนุกสนาน คือเดิมมันก็เป็นงาน จริง ๆ เป็นกิจกรรมที่ทำเพื่อประโยชน์แก่สังคมนั้น หมายความว่า เป็นงานที่ไปช่วยกันทำประโยชน์ต่อ

ส่วนรวม เช่น ไปที่วัดแล้วก็ไปช่วยกันก่อ ุณทรายเข้าวัด หรือทำงานช่วยวัดอย่า เป็นงานเป็นการทั้งนั้น เกี่ยวข้าวก็เป็ แต่ให้ทำพร้อมไปกับความรื่นเริงบันเทิงใ ว่ที่จริงแล้ว งานในความหมายของป่ มันมีตัวกิจกรรมที่เป็นสาระเป็นประโอ และด้านจิตใจที่มีความรื่นเริงอีกส่วนห สองอย่าง

เป็นอันว่า งานที่เราต้องการอ จะต้องมีความหมายครบสองส่วน คือ

หนึ่ง ตัวงานที่จะต้องทำให้ ี่เป็นจุดมุ่งหมายของงาน คือ ให้ได้ เช่นเมื่อทำโรงงานลับปะรด ก็หมายคว ำให้ได้ผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพดี และได้ คือมีเป้าหมายว่าจะทำได้เท่าไร ก็ทำ เป้าไว้ และในด้านคุณภาพจะให้ได้ั ตามนั้น พร้อมทั้งสามารถทำให้ดียิ่งขึ้น ก็ส่วนหนึ่ง คือตัวงานนั้นต้องได้ผลด้วย

ยกระทง อย่างนั้นก็เป็นงานเหมือนกัน  
งานลอยกระทงก็สนุก งานวัดไปดูหนัง  
นั้นก็งานเหมือนกัน แต่งานแบบนั้นเป็น  
า เราไม่ต้องทำเอง

นพูดอย่างนั้น มันมีแง่ความหมาย คือ  
แต่เดิมนั้นมองงานในแง่สนุกสนานด้วย  
งานลอยกระทง งานสงกรานต์ ทำไม  
งอธิบายว่า คนไทยสมัยโบราณมองว่า  
สนุกสนาน เพลิดเพลิน มีความสุข  
แม้แต่ไปเที่ยวชวากัน ก็ยังไปร้องเพลง  
มีนกัน คือว่า เราไม่ได้มองเฉพาะตัว  
านั้น แต่เรามองถึงจิตใจ ว่าให้มีความ  
บรูใจ บันเทิงไปด้วย

หลังจากนี้มาได้ยินคำว่างานวัด งาน  
ลอยกระทง เป็นต้น แล้วก็ไม่ได้มองใน  
งาน คือเป็นกิจกรรมที่เป็นประโยชน์  
ในแง่สนุกสนาน คือเดิมนั้นก็เป็นงาน  
กิจกรรมที่ทำเพื่อประโยชน์แก่สังคมนั้น  
เป็นงานที่ไปช่วยกันทำประโยชน์ต่อ

ส่วนรวม เช่น ไปที่วัดแล้วก็ไปช่วยกันก่อพระเจดีย์ทราย  
ขนทรายเข้าวัด หรือทำงานช่วยวัดอย่างใดอย่างหนึ่ง  
เป็นงานเป็นการทั้งนั้น เที่ยวชวาก็เป็นงานเป็นการ  
แต่ให้ทำพร้อมไปกับความรื่นเริงบันเทิงใจด้วย ตกลง  
ว่าที่จริงแล้ว งานในความหมายของประเพณีไทยนั้น  
มันมีตัวกิจกรรมที่เป็นสาระเป็นประโยชน์ส่วนหนึ่ง  
และด้านจิตใจที่มีความรื่นเริงอีกส่วนหนึ่ง ให้มีทั้ง  
สองอย่าง

เป็นอันว่า งานที่เราต้องการอย่างแท้จริงนั้น  
จะต้องมีความหมายครบสองส่วน คือ

หนึ่ง ตัวงานที่จะต้องทำให้เกิดผลสำเร็จ  
ที่เป็นจุดมุ่งหมายของงาน คือ ให้ได้ผลงานอย่างดี  
เช่นเมื่อทำโรงงานลับประรด ก็หมายความว่า จะต้อง  
ทำให้ได้ผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพดี และได้ปริมาณถึงเป้า  
คือมีเป้าหมายว่าจะทำได้เท่าไร ก็ทำให้ได้ตามที่ตั้ง  
เป้าไว้ และในด้านคุณภาพจะให้ได้ขั้นไหนก็ทำได้  
ตามนั้น พร้อมทั้งสามารถทำให้ดียิ่งขึ้นไปด้วย อันนี้  
ก็ส่วนหนึ่ง คือตัวงานนั้นต้องได้ผลด้วย

อีกด้านหนึ่ง คือ จิตใจที่ทำงานนั้นเป็นจิตใจที่มีความสุข หมายความว่า เวลาทำงานนั้นคนที่ทำก็มีความสุขด้วย

ถ้าได้สองอย่างอย่างนี้ละก็เรียกว่าได้ผลสมบูรณ์งานที่จะมีผลสมบูรณ์นั้น ให้มองดูทั้งสองด้านนี้ แล้วสองด้านนี้จะกลับมาช่วยกัน ถ้าเราทำงานโดยมีความสุขด้วยแล้ว ก็จะทำให้เราพอใจที่จะทำงานให้ได้ผลยิ่งขึ้นไป พอเราทำงานได้ผลดียิ่งขึ้น เราก็อึดใจ เรียกว่ามี *ปีติ* เกิดความอึดใจในผลงานนั้น ก็มีความสุขมากขึ้น ก็ยิ่งทำให้ดีขึ้น แล้วก็สุขมากขึ้น เลยเป็นลูกโซ่เรียกว่าเป็นปฏิสัมพันธ์ มีผลย้อนกลับให้ได้ผลดีขึ้นทั้งในแง่ผลงานและความสุข

เพราะรู้คุณจึงรักงาน  
และทำด้วยใจเบิกบานเป็นสุข



อย่างไรก็ดี จะเป็นอย่างไรก็ตามนี้ได้ เราจะต้องปฏิบัติต่องานให้ถูกต้อง เริ่มต้นตั้งแต่วางใจต่องาน

ให้ถูก ถ้าวางใจต่องานผิดแต่ต้นละก็ไปเสียโดยเฉพาถ้าวางทัศนคติต่องานว่าเป็นต้องทนแล้วคิดว่า เรามาทนทำงานให้จะได้ผลตอบแทนแล้วค่อยไปสนุกเสียอย่างนี้ไม่ถูก เรียกว่าวางท่าที่ผิดแล้ว ต่ออะไรมันก็จะคลาดเคลื่อนผิดทางไปทำงานแต่ใจลอยไปคอยผลตอบแทนช้ากับงาน ผลงานก็จะไม่ค่อยดี จิตใจมีความสุขก็น้อย แล้วเวลาได้ผลตอบแทนสนุกสนาน คนที่เป็นอย่างนี้ก็เลยหลงง่าย ๆ ระเริง ลืมตัว เพราะมุ่งสนุกสนาน บอกว่าทนทุกข์มานานแล้ว เต็มที่อะไรทำนองนี้ ก็เลยเสียไปเลย

ในทางตรงข้าม ถ้าเขามีความสุขแล้ว เวลาเลิกงานเขาไปหาความสุขส่วนแถมเข้ามา ก็ไม่มีปัญหา นี่เป็นวิธีต้องเริ่มตั้งแต่วางใจให้ถูกต้องต่องาน หรือมีทัศนคติที่ถูกต้องต่อการทำงาน

ถามว่า ท่าทีหรือทำใจอย่าง

หนึ่ง คือ จิตใจที่ทำงานนั้นเป็นจิตใจ  
หมายความว่า เวลาทำงานนั้นคนที่ทำ  
ย  
อย่างอย่างนี้จะก็เรียกว่าได้ผลสมบูรณ์  
สมบูรณ์นั้น ให้มองดูทั้งสองด้านนี้ แล้ว  
กลับมาช่วยกัน ถ้าเราทำงานโดยมีความ  
จะทำให้เราพอใจที่จะทำงานให้ได้ผลยิ่ง  
งานได้ผลดียิ่งขึ้น เราก็มีใจ เรียกว่า  
ใจมีในผลงานนั้น ก็มีความสุขมาก  
ดีขึ้น แล้วก็สุขมากขึ้น เลยเป็นลูกโซ่  
ปฏิสัมพันธ์ มีผลย้อนกลับให้ได้ผลดีขึ้น  
และความสุข

เพราะรู้คุณจึงรักงาน  
ทำด้วยใจเบิกบานเป็นสุข



รก็ดี จะเป็นอย่างที่ว่ามานี้ได้ เราจะต้อง  
ให้ถูกต้อง เริ่มต้นตั้งแต่วางใจต่องาน

ให้ถูก ถ้าวางใจต่องานผิดแต่ต้นละก็ไปเลย พลาดหมด  
โดยเฉพาะถ้าวางทัศนคติต่องานว่าเป็นเรื่องต้องทุกข์  
ต้องทนแล้วคิดว่า เรามาทนทำงานให้เสร็จ แล้วเรา  
จะได้ผลตอบแทนแล้วค่อยไปสนุกเสวยความสุขทีหลัง  
อย่างนี้ไม่ถูก เรียกว่าวางท่าที่ผิดแล้ว ต่อจากนั้นอะไร  
ต่ออะไรมันก็จะคลาดเคลื่อนผิดทางไปหมด กำลัง  
ทำงานแต่ใจลอยไปคอยผลตอบแทนข้างหน้า ไม่อยู่  
กับงาน ผลงานก็จะไม่ค่อยดี จิตใจก็ไม่ค่อยสบาย  
ความสุขก็น้อย แล้วเวลาได้ผลตอบแทน ไปหาความ  
สนุกสนาน คนที่เป็นอย่างนี้ก็เลยเถิดไปง่าย ๆ  
หลงง่าย ๆ ระวัง ลืมตัว เพราะมุ่งจะไปหาความ  
สนุกสนาน บอกว่าทนทุกข์มานานแล้ว ตอนนี้เอาให้  
เต็มที่อะไรทำนองนี้ ก็เลยเสียไปเลย

ในทางตรงข้าม ถ้าเขามีความสุขอยู่ตั้งแต่ทำ  
งานแล้ว เวลาเลิกงานเขาไปหาความสุขเพิ่มเติม ก็เป็น  
ส่วนแถมเข้ามา ก็ไม่มีปัญหา นี่เป็นวิธีที่ถูกต้อง ซึ่ง  
ต้องเริ่มตั้งแต่วางใจให้ถูกต้องต่องาน เรียกว่ามีท่าที่  
หรือมีทัศนคติที่ถูกต้องต่อการทำงาน

ถามว่า ท่าที่หรือทำใจอย่างไรจึงจะทำให้

ทำงานได้ผลด้วยแล้วก็มีความสุขด้วย เหตุผลง่าย ๆ ที่จะทำให้เราทำงานได้ผลดีและมีความสุขไปด้วย ก็คือ เราต้องมี ความพอใจในงาน รักงาน นั้น ถ้าใจเรารัก เราพอใจในงานแล้ว เราก็อยากจะทำงานนั้น ใครมาห้ามก็ไม่อยากจะหยุด ไม่ยอม ใจเราจะทำ

รวมความว่า ถ้าใจเราพอใจจะทำ ทำด้วยใจรัก มันก็ตั้งใจทำ เมื่อทำแล้วนอกจากได้ผลดีก็มีความสุขในขณะที่กระทำนั้น

ที่ท่านบอกว่าต้องวางท่าที่ต่องานให้ถูกต้อง ก็คืออย่าไปมองงานว่าเป็นเรื่องต้องทุกข์ ต้องทน

คำถามต่อไปว่า ทำอย่างไรเราจะมีใจรักงาน เราจะพอใจทำงาน คำตอบคือ จะต้องเห็นคุณค่าของงาน ในเรื่องนี้ แต่ละอย่างเป็นเหตุเป็นผลแก่กัน และกัน จุดหมายตอนนี้คือเราต้องการให้คนพอใจงาน อยากทำงาน ที่นี้ทำอย่างไรจะให้คนอยากทำงาน ก็ต้องเห็นคุณค่าของงาน

คุณค่าของงานนั้นมีหลายอย่าง พรรณนาได้มากมายหลายแง่ ถ้าเรายังมองเห็นคุณค่าของงานหลายแง่หลายด้านมากเท่าไร ก็จะยิ่งเป็นเหตุผลที่ทำให้

ให้เราเกิดความรักงานมากขึ้นเท่านั้น

คุณค่าของงานประการแรก งาม ด้วยมองในแง่ของผลตอบแทนก่อน ผล ปัจจัยเครื่องเลี้ยงชีพ หรือเงินทองที่จะต้องใช้ เรารู้กันดีว่างานนี้แหละทำให้เรามี ทำให้เราเป็นอยู่ได้ดี งานเป็นสิ่งที่ผูกพันของเรา มันมีคุณค่าต่อชีวิตของเรา ทำให้ดำรงอยู่ได้ด้วยดี ในเมื่องานเป็นสิ่งที่มีความ ก็ควรจะรักจะชอบมัน นอกจากมีคุณค่าแล้วก็โยงต่อไปถึงครอบครัวของเรา ญาติด้วย

เรามายู่ห่างบ้าน บางทีเราทำได้แล้ว เรายังส่งเงินไปช่วยบ้าน ไปช่วยในท้องถิ่นอีก เห็นได้ชัดว่างานนี้มีคุณค่าประโยชน์ต่อชีวิต ในเมื่องานเป็นประการก็ควรรักงาน เหมือนอย่างคนเราด้วย คนที่มีคุณค่าต่อชีวิตของเรา เราก็รักใคร่ที่ดีต่อเขา งานของเรานี้ มีคุณค่าต่อชีวิต ทำให้เราเป็นอยู่ได้ มีความสุขสบาย เร



วยแล้วก็มีความสุขด้วย เหตุผลง่าย ๆ  
ทำงานได้ผลดีและมีความสุขไปด้วย ก็คือ  
มพอใจในงาน รักงาน นั้น ถ้าใจเรารัก  
งานแล้ว เราก็อยากจะทำงานนั้น ใครมา  
จะหยุด ไม่ยอม ใจเราจะทำ  
ความว่า ถ้าใจเราพอใจจะทำ ทำด้วย  
ตั้งใจทำ เมื่อทำแล้วนอกจากได้ผลดีก็มี  
นะกระทำนั้น

บอกว่าต้องวางท่าที่ต่องานให้ถูกต้อง ก็  
งานว่าเป็นเรื่องต้องทุกข์ ต้องทน  
มต่อไปว่า ทำอย่างไรเราจะมีใจรักงาน  
ำงาน คำตอบคือ จะต้องเห็นคุณค่า  
นเรื่องนี้ แต่ละอย่างเป็นเหตุเป็นผลแก่กัน  
หมายตอนนี่คือเราต้องการให้คนพอใจงาน  
ที่นี้ทำอย่างไรจะให้คนอยากทำงาน ก็  
ำของงาน

ำของงานนั้นมีหลายอย่าง พรรณนาได้  
ายแง่ ถ้าเรายังมองเห็นคุณค่าของงาน  
ยด้านมากเท่าไร ก็จะเป็นเหตุผลที่ทำ

ให้เราเกิดความรักงานมากขึ้นเท่านั้น

คุณค่าของงานประการแรก ง่ายที่สุด ก็เริ่ม  
ด้วยมองในแง่ของผลตอบแทนก่อน ผลตอบแทนก็คือ  
ปัจจัยเครื่องเลี้ยงชีพ หรือเงินทองที่จะซื้อหาของกิน  
ของใช้ เรารู้กันดีว่างานนี้แหละทำให้เรามีเครื่องเลี้ยงชีพ  
ทำให้เราเป็นอยู่ได้ดี งานเป็นสิ่งที่ผูกพันติดอยู่กับชีวิต  
ของเรา มันมีคุณค่าต่อชีวิตของเรา ทำให้ชีวิตของเรา  
ดำรงอยู่ได้ด้วยดี ในเมื่องานเป็นสิ่งที่มีความต่อเรา เรา  
ก็ควรจะรักจะชอบมัน นอกจากมีความต่อชีวิตของเรา  
แล้วก็โยงต่อไปถึงครอบครัวของเรา ญาติพี่น้องของเรา  
ด้วย

เราได้อยู่ห่างบ้าน บางทีเราทำงานเก็บเงิน  
ได้แล้ว เรายังส่งเงินไปช่วยบ้าน ไปช่วยพ่อช่วยแม่  
ในท้องถิ่นอีก เห็นได้ชัดว่างานนี้มีคุณค่ามาก เป็น  
ประโยชน์ต่อชีวิต ในเมื่องานเป็นประโยชน์ต่อชีวิต  
เราก็ควรรักงาน เหมือนอย่างคนเราด้วยกัน ใครเป็น  
คนที่มีคุณค่าต่อชีวิตของเรา เราก็รักใคร่ มีความรู้สึก  
ที่ดีต่อเขา งานของเรา มีคุณค่าต่อชีวิตของเรานักหนา  
ทำให้เราเป็นอยู่ได้ มีความสุขสบาย เราจึงควรตั้งใจ



ทำ เอาใจใส่มัน อันนี้ก็เหตุผลง่าย ๆ เป็นคุณค่าพื้นฐานอันดับที่หนึ่ง

แต่งานไม่ได้มีคุณค่าแค่นี้ ที่จริงคุณค่าของตัวงานเอง ที่แท้ที่จริงนั้น ไม่ใช่เป็นผลตอบแทนด้วยซ้ำ *คุณค่าของงานก็คือผลที่เป็นวัตถุประสงค์หรือความมุ่งหมายของงาน* นั่นเอง คืองานแต่ละอย่าง ๆ ย่อมมีความมุ่งหมายที่จะแก้ไขปัญหาหรือสร้างสรรค์อะไรอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น การทำครัวก็เพื่อทำอาหารให้คนรับประทาน การขับรถก็เพื่อพาคนให้ไปถึงที่หมายโดยสะดวกรวดเร็ว การกวาดถนนก็เพื่อให้ถนนสะอาด ผลงานที่เป็นคุณค่าอย่างแท้จริงของงานก็คือ มีอาหารดี ๆ ที่จะให้คนกิน การเดินทางถึงจุดหมายโดยสะดวกรวดเร็ว และความสะอาดของถนนนี้เป็นผลของงานซึ่งเป็นผลโดยตรงของงาน เป็นคนละอย่างกับผลตอบแทน จะต้องแยกให้ถูกว่าเป็นผลของงานกับผลตอบแทน หรือผลงานกับผลเงิน

เมื่อจะทำงานให้ถูกต้อง ก็ต้องมุ่งทำให้ได้ผลของงาน หรือผลที่เป็นจุดหมายของงานก่อน ว่าเราจะทำให้ผลนั้นเกิดขึ้นอย่างดีที่สุด แล้วเราจึงได้ผล

ตอบแทนเป็นผลพลอยได้ตามมาตามเงื่อนไขการทำงานและงานสำเร็จผลอย่างดี คือเกิดความมุ่งหมายของงาน เราจึงจะมีควมภูมิใจจริงในการได้รับผลตอบแทน

เนื่องจากงานมีคุณค่าในการสร้างสรรค์อย่างใดอย่างหนึ่งนี้ งานจึงมีค่าต่อไปอีก คุณค่าของงานข้อต่อไปก็คือว่า เป็นสิ่งที่ทำให้กิจการของโลก ของสังคมชาติ เป็นไปได้ บางทีก็เป็นประโยชน์ของผู้อื่น อย่างงานของโรงงาน อาหารสับปะรด หรือทำผลไม้อื่นก็ตาม ก็เป็นมนุษย์ เป็นปัจจัยสี่อย่างหนึ่ง ไม่ว่าเขาก็ตาม แต่สิ่งที่เราทำนี้เป็นเครื่องเลี้ยงทั้งหลาย เมื่อทำไปแล้วก็เป็นประโยชน์แก่เมื่อเราทำงานผลิตสิ่งเหล่านี้ เรารู้คุณค่าแล้ว ก็ภูมิใจว่าเราทำในสิ่งที่ดีงาม นอกจากเป็นงานที่สุจริตแล้ว ยังเป็นคุณผู้อื่นด้วย ช่วยหล่อเลี้ยงชีวิตของเพื่อน มีอาหารรับประทาน ให้เขาได้อาหารที่

มัน อันนี้ก็เป็นเหตุผลง่าย ๆ เป็นคุณค่า  
ที่หนึ่ง

ไม่ได้มีคุณค่าแค่นี้ ที่จริงคุณค่าของตัว  
ที่จริงนั้น ไม่ใช่เป็นผลตอบแทนด้วยซ้ำ  
นั่นคือผลที่เป็นวัตถุประสงค์หรือความ  
งาน นั่นเอง คืองานแต่ละอย่าง ๆ  
งหมายที่จะแก้ไขปัญหาหรือสร้างสรรค์  
อย่างหนึ่ง เช่น การทำครัวก็เพื่อทำ  
ประทาน การขับรถก็เพื่อพาคนให้ไป  
สะดวกรวดเร็ว การกวาดถนนก็เพื่อให้  
ผลงานที่เป็นคุณค่าอย่างแท้จริงของงาน  
รติ ๆ ที่จะให้คนกิน การเดินทางถึง  
สะดวกรวดเร็ว และความสะอาดของถนน  
านซึ่งเป็นผลโดยตรงของงาน เป็นคนละ  
แบบแทน จะต้องแยกให้ถูกว่าเป็นผลของ  
แบบแทน หรือผลงานกับผลเงิน

ทำงานให้ถูกต้อง ก็ต้องมุ่งทำให้ได้ผล  
อผลที่เป็นจุดหมายของงานก่อน ว่าเรา  
เกิดขึ้นอย่างดีที่สุด แล้วเราจึงได้ผล

ตอบแทนเป็นผลพลอยได้ตามมาตามเงื่อนไข ถ้าตั้งใจ  
ทำงานและงานสำเร็จผลอย่างดี คือเกิดผลดีสมตาม  
ความมุ่งหมายของงาน เราจึงจะมีความภูมิใจและ  
อึดใจจริงในการได้รับผลตอบแทน

เนื่องจากงานมีคุณค่าในการแก้ปัญหาหรือ  
สร้างสรรค์อย่างใดอย่างหนึ่งนี้ งานจึงมีคุณค่าสืบเนื่อง  
ต่อไปอีก คุณค่าของงานข้อต่อไปก็คือว่า งานนี้แหละ  
เป็นสิ่งที่ทำให้กิจการของโลก ของสังคม ของประเทศ  
ชาติ เป็นไปได้ บางทีก็เป็นประโยชน์โดยตรงต่อชีวิต  
ของผู้อื่น อย่างงานของโรงงาน อาหารนี้ ไม่ว่าจะทำ  
สับปะรด หรือทำผลไม้อื่นก็ตาม ก็เป็นอาหารของ  
มนุษย์ เป็นปัจจัยสี่อย่างหนึ่ง ไม่ว่าเขาจะรู้ตัวหรือไม่  
ก็ตาม แต่สิ่งที่เราทำนี้เป็นเครื่องเลี้ยงชีวิตของคน  
ทั้งหลาย เมื่อทำไปแล้วก็เป็นประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์อื่น  
เมื่อเราทำงานผลิตสิ่งเหล่านี้ เรารู้คุณค่าของสิ่งที่เรา  
ทำแล้ว ก็อึดใจว่าเราทำในสิ่งที่ดีงาม เป็นประโยชน์  
นอกจากเป็นงานที่สุจริตแล้ว ยังเป็นคุณประโยชน์แก่  
ผู้อื่นด้วย ช่วยหล่อเลี้ยงชีวิตของเพื่อนมนุษย์ให้เขาได้  
มีอาหารรับประทาน ให้เขาได้อาหารที่เขาพอใจ ช่วย

ให้เขามีความสุข อันนี้ก็เป็นสิ่งที่เราควรระลึกด้วย อย่างหนึ่ง ซึ่งเมื่อระลึกขึ้นมาแล้วก็ทำให้เรามีความพอใจ ว่าเราได้ทำในสิ่งที่ดีงาม เป็นประโยชน์ นี่ก็เป็นคุณค่าอีกส่วนหนึ่ง

แต่อย่างโรงงานของบริษัทนี้ นอกจากทำอาหารที่ไปบำรุงเลี้ยงเพื่อนมนุษย์แล้ว ก็ยังมีส่วนส่งเสริมเกื้อกูลสังคม ประเทศชาติส่วนรวมด้วย อาตมาได้ทราบว่า ผลผลิตของที่นี่ส่วนใหญ่ส่งออกนอกประเทศ คือ ส่งออกนอกประเทศตั้ง ๔๐ กว่าเปอร์เซ็นต์ ซึ่งมีผลดี คือ ทำให้เงินตราเข้าประเทศ ประเทศไทยเราต้องการเงินตราเข้าประเทศมาก เรามีปัญหาเกี่ยวกับดุลการค้า เราเสียดุลการค้ามาก เพราะฉะนั้น ถ้าหากว่าบริษัทนี้ส่งอาหารออกไปต่างประเทศมาก ก็นับว่ามีส่วนสำคัญที่ช่วยแก้ปัญหาของประเทศในการเสียดุลการค้า แก้ความเสียเปรียบของประเทศ นำรายได้เข้าประเทศ อันนี้เป็นการมองในวงกว้าง ที่ทำประโยชน์ให้แก่ประเทศชาติ

ฉะนั้น เมื่อเรามาที่นี่ มาเป็นสมาชิกส่วนหนึ่งของโรงงาน เป็นพนักงานหรือคนทำงานของบริษัท ก็

เท่ากับว่าเราได้ช่วยกันทำประโยชน์ให้แก่ ด้วย เมื่อนึกขึ้นมาอย่างนี้ก็ทำให้มีความสทำงานก็นึกว่าเราทำประโยชน์ให้กับประชาชนอีกอย่างหนึ่ง คือ นอกจากทำอาหารคนรับประทานแล้ว ก็ยังช่วยเหลือเศรษฐกิจด้วย นึกแล้วก็สบายใจ มีความภูมิใจเรียกว่าเกิด *ปิติ* อันนี้ก็เป็นส่วนหนึ่ง

งานยิ่งเพิ่มคุณค่า  
เมื่อใช้เป็นเครื่องพัฒนาตัว  
❖ ❖ ❖ ❖ ❖

ที่นี้มองต่อไปอีก งานยังมีคุณค่า อะไรอีก คนเราใน ชีวิตก็ต้องหาความ ซึ่งหมายถึงการที่จะต้องพัฒนาตัวเองให้มีความเก่งกล้าสามารถ หรือมีความชำนาญต่าง ๆ ที่จะให้ทำอะไร ๆ ได้ดีขึ้น มีความเก่งกล้าสามารถ และความชำนาญ คนนั้น มีจุดแสดงออกที่สำคัญก็คือที่งาน

ข อันนี้ก็เป็นที่เราควรระลึกด้วย  
งเมื่อระลึกขึ้นมาแล้วก็ทำให้เรามีความ  
งทำในสิ่งที่ดีงาม เป็นประโยชน์ นี่ก็เป็น  
หนึ่ง

งโรงงานของบริษัทนี้ นอกจากทำอาหาร  
เพื่อนมนุษย์แล้ว ก็ยังมีส่วนส่งเสริมเกื้อกูล  
ชาติส่วนรวมด้วย อาตมาได้ทราบว่า  
มีส่วนใหญ่ส่งออกนอกประเทศ คือ  
ประเทศตั้ง ๔๐ กว่าเปอร์เซ็นต์ ซึ่งมีผลดี  
เราเข้าประเทศ ประเทศไทยเราต้องการ  
เทศมาก เรามีปัญหาเกี่ยวกับดุลการค้า  
จามาก เพราะฉะนั้น ถ้าหากว่าบริษัท  
กไปต่างประเทศมาก ก็นับว่ามีส่วน  
ปัญหาของประเทศในการเสียดุลการค้า  
ริยของประเทศ นำรายได้เข้าประเทศ  
องในวงกว้าง ที่ทำประโยชน์ให้แก่

เมื่อเรามาที่นี่ มาเป็นสมาชิกส่วนหนึ่ง  
ป็นพนักงานหรือคนทำงานของบริษัท ก็

เท่ากับว่าเราได้ช่วยกันทำประโยชน์ให้แก่ประเทศชาติ  
ด้วย เมื่อนึกขึ้นมาอย่างนี้ก็ทำให้มีความสุขสบายใจ เวลา  
ทำงานก็นึกว่าเราทำประโยชน์ให้กับประเทศชาติเพิ่ม  
ขึ้นอีกอย่างหนึ่ง คือ นอกจากทำอาหารอร่อย ๆ ให้  
คนรับประทานแล้ว ก็ยังช่วยเหลือเศรษฐกิจของชาติ  
อีกด้วย นึกแล้วก็สบายใจ มีความภูมิใจ ปลื้มใจ  
เรียกว่าเกิดปีติ อันนี้ก็ส่วนหนึ่ง

### งานยิ่งเพิ่มคุณค่า เมื่อใช้เป็นเครื่องพัฒนาตัวคน



ที่นี้มองต่อไปอีก งานยังมีคุณค่า หรือมีประโยชน์  
อะไรอีก คนเราใน ชีวิตก็ต้องการความเจริญก้าวหน้า  
ซึ่งหมายถึงการที่จะต้องพัฒนาตัวเองให้มีสติปัญญา มี  
ความเก่งกล้าสามารถ หรือมีความชำนาญชำนาญในเรื่อง  
ต่าง ๆ ที่จะให้ทำอะไร ๆ ได้ดีขึ้น มีความสำเร็จมากขึ้น  
ความเก่งกล้าสามารถ และความชำนาญของ  
คนนั้น มีจุดแสดงออกที่สำคัญก็คือที่งานของเขานั้นเอง

ถ้าเราต้องการเป็นคนที่เก่งกล้าสามารถ หรือเป็นคนที่  
มีคุณภาพมากขึ้น เราจะต้องมีการพัฒนาตัวเอง ส่วน  
สำคัญของชีวิตที่ทำให้คนพัฒนาตนเองได้ก็คืองาน

การทำงานเป็นการพัฒนาตนเอง เป็นการฝึกฝน  
ตนเองในทุกด้าน ถ้าเราอยากจะเป็นคนเจริญก้าวหน้า  
เป็นคนมีคุณภาพ เราต้องพัฒนาตนเอง จะพัฒนาที่ไหน  
ก็มาพัฒนาตนเองที่การทำงานนี่แหละ ใช้งานนี้เป็น  
เครื่องพัฒนาตนเอง การทำงานให้เป็นการพัฒนา  
ตนเองนี้สำคัญมาก

ความสามารถส่วนใหญ่ในชีวิตของเรานี้เกิดจาก  
การทำงาน แต่ต้องตั้งใจทำ ทำให้ถูกต้อง และพยายาม  
ทำให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป คอยสังเกต คอยดู คอยศึกษา  
คอยสอบถาม คอยหาความรู้อยู่เสมอ ก็จะเป็นการ  
พัฒนาตนเองให้มีความรู้ความสามารถขึ้นมา

การพัฒนาตนเองให้มีความเก่งกล้าสามารถใน  
การงานนี้ นอกจากจะเกิดผลภายนอก เช่นอาจจะได้  
ผลตอบแทนหรือได้รับการเลื่อนขั้น เลื่อนระดับงานแล้ว  
ก็มีผลที่แน่นอนภายในตัวเอง ไม่ว่าภายนอกเราจะได้  
รับผลตอบแทนหรือไม่ก็ตาม แต่ในตัวเรา เรารู้ ก็คือ

การที่เรามีความขำขันขำนาญมากขึ้น  
เขาจะมีผลตอบแทนให้หรือจะไม่มีก็แล้ว  
ในตัวเองของเรา เราทำไปแล้วเราก็สบ  
เรา ถ้ารู้สึกว่าการทำอะไรแล้วเราทำไ  
พัฒนาตนเอง ขอให้เรามีความภูมิใจส  
ทันทีเลย ไม่ต้องรอให้คนอื่นเขามาให้

ฉะนั้นจึงเป็นการได้สองชั้น คือ  
กับได้จากคนอื่น หรือว่าตอนที่หนึ่ง เรา  
ตอนที่สองคนอื่นให้เรา

ตอนที่หนึ่ง ตัวเรานี้ได้แน่นอนก  
มองแง่ว่า เขายังไม่ได้ให้ผลตอบแทนเร  
รับรางวัล ถ้าไปรอหวังผลแบบนั้นละ  
ผิดหวัง อันนั้นเป็นส่วนของคนอื่น เขา  
ก็เป็นอีกเรื่องหนึ่ง แต่ส่วนที่เราได้  
พัฒนาตัวเอง และอันนี้แหละเป็นการได้  
การได้ที่เข้าถึงเนื้อถึงตัวของเราจริง ๆ  
ตัวชีวิตแท้ ๆ และเป็นของเราจริง ๆ  
จกจวดยเอาไปไม่ได้ ไม่เหมือนผลตอบ  
นอกตัว เราพัฒนาความสามารถขึ้น

เป็นคนที่เก่งกล้าสามารถ หรือเป็นคนที่  
 ้น เราจะต้องมีการพัฒนาตัวเอง ส่วน  
 ที่ทำให้คนพัฒนาตนเองได้ก็คืองาน

งานเป็นการพัฒนาตนเอง เป็นการฝึกฝน  
 ้น ถ้าเราอยากจะเป็นคนเจริญก้าวหน้า  
 พ เราต้องพัฒนาตนเอง จะพัฒนาที่ไหน  
 ่งที่การทำงานนี้แหละ ใช้งานนี้เป็น  
 ้นเอง การทำงานให้เป็นการพัฒนา  
 าก

สามารถส่วนใหญ่ในชีวิตของเรานี้เกิดจาก  
 ้องตั้งใจทำ ทำให้ถูกต้อง และพยายาม  
 ้นไป คอยสังเกต คอยดู คอยศึกษา  
 คอยหาความรู้อยู่เสมอ ก็จะเป็นการ  
 ีมีความรู้ความสามารถขึ้นมา

นาตนเองให้มีความเก่งกล้าสามารถใน  
 ากจากจะเกิดผลภายนอก เช่นอาจจะได้  
 ีได้รับการเลื่อนขั้น เลื่อนระดับงานแล้ว  
 ายในตัวเอง ไม่ว่าภายนอกเราจะได้  
 ้อหรือไม่ก็ตาม แต่ในตัวเรา เรารู้ ก็คือ

การที่เรามีความชำนาญมากขึ้น ทำอะไรได้ดีขึ้น  
 เขาจะมีผลตอบแทนให้หรือจะไม่มีก็แล้วแต่ แต่เรารู้สึก  
 ในตัวเองของเรา เราทำไปแล้วเราก็นสบายใจภูมิใจของ  
 เรา ถ้ารู้สึกว่าการทำอะไรแล้วเราทำได้ดีขึ้น นี่คือการ  
 พัฒนาตนเอง ขอให้เรามีความภูมิใจสบายใจในตัวได้  
 ันทีเลย ไม่ต้องรอให้คนอื่นเขามาให้ผลตอบแทน

ฉะนั้นจึงเป็นการได้สองชั้น คือ ได้จากตัวเอง  
 กับได้จากคนอื่น หรือว่าตอนที่หนึ่ง เราให้แก่ตัวเราเอง  
 ตอนที่สองคนอื่นให้เรา

ตอนที่หนึ่ง ตัวเรานี้ได้แน่นอนก่อน บางคนไป  
 มองแง่ว่า เขายังไม่ได้ให้ผลตอบแทนเรา เรายังไม่ได้  
 รับรางวัล ถ้าไปรอหวังผลแบบนั้นละก็อาจจะทำให้  
 ผิดหวัง อันนั้นเป็นส่วนของคนอื่น เขาจะให้หรือไม่ให้  
 ก็เป็นอีกเรื่องหนึ่ง แต่ส่วนที่เราได้แน่นอนก็คือการ  
 พัฒนาตัวเอง และอันนี้แหละเป็นการได้ที่แท้จริง เป็น  
 การได้ที่เข้าถึงเนื้อถึงตัวของเราจริง ๆ เป็นการได้ของ  
 ตัวชีวิตแท้ ๆ และเป็นของเราจริง ๆ ใครแย่งชิงหรือ  
 จกจวดยเอาไปไม่ได้ ไม่เหมือนผลตอบแทนที่เป็นของ  
 นอกตัว เราพัฒนาความสามารถขึ้นมา เราเห็น

ประจักษ์ชัดได้ด้วยตนเอง เพราะฉะนั้น เราได้ตลอดเวลาจากการทำงาน เมื่อถือว่าการทำงานเป็นการพัฒนาตน

นอกจากพัฒนาความชำนาญชำนาญ หรือความเก่งกล้าสามารถแล้ว นิสัยที่ดี คุณธรรม ความสัมพันธ์กับผู้อื่นและการเป็นอยู่ในสังคมก็จะพัฒนาไปด้วย ถ้าเรารู้จักทำนิสัยของเราก็จะดีขึ้น คุณสมบัติต่าง ๆ ก็จะพัฒนาขึ้น เช่น ความเป็นคนมีระเบียบวินัย ความขยัน ความอดทน ความรู้จักสังเกต ความมีปัญญา ความรู้เข้าใจและรู้จักพิจารณาเหตุผลในการแก้ปัญหา จะได้รับการฝึกฝนพร้อมเสร็จไปในตัวเลย เป็นการฝึกฝนพัฒนาตนเองอยู่เรื่อย ตลอดเวลา

นี่คือลักษณะของชีวิตที่ดีงาม ซึ่งต้องมีการพัฒนาต้องมีการก้าวหน้า และกิจการนี้แหละถ้าเราปฏิบัติให้ถูกต้องจะเป็นเครื่องพัฒนาชีวิตของเรา เพราะฉะนั้น เราจึงควรมองว่างานเป็นสิ่งที่ทำให้ชีวิตมีคุณภาพ มีการพัฒนาให้ดีขึ้น แล้วเราก็จะมีความสุขกับการทำงาน เพราะมองเห็นว่า เมื่อเราทำงาน ตัวเราก็พัฒนา

นอกจากนี้ก็คือบรรยากาศ ถ้าการพัฒนาตน ก็จะได้บรรยากาศที่ดีในกพัฒนาความมีไมตรีจิตมิตรภาพ ความมีต่อกันในหมู่ผู้ร่วมงาน

ที่ว่ามานี้ ก็จะต้องไม่มองข้ามสิ่งสำคัญ คือพวกสวัสดิภาพและสวัสดิการต่าง ๆ ความเป็นอยู่ที่เหมาะสม ซึ่งเอื้ออำนวยให้สบายตามสมควร สภาพอย่างนี้ทางพเป็น สัมปายะ สัมปายะก็คือบรรยากาศแวดล้อม สถานที่อยู่ ปัจจัยต่าง ๆ ซึ่งเราจะดำรงชีวิตและทำการงาน ให้เราสบายไม่ต้องห่วง ไม่ต้องกังวล อันนี้ก็ประกอบแวดล้อม ซึ่งจะส่งผลช่วยสนับสนุนด้วยความสบายใจ และมีความรักความเกิดขึ้นได้ง่าย

แต่ข้อสำคัญก็อย่างที่บอกในตอนต่อต้องดั่งท่าทีให้ถูกต้องต้องงาน อย่าไปมที่ต้องทุกข์ต้องทน ต้องมองงานเป็นลัประโยชน์ แล้วก็เกิดความรักความพ



้วยตนเอง เพราะฉะนั้น เราได้ตลอด  
งาน เมื่อถือว่าการทำงานเป็นการ

พัฒนาความชำนาญ หรือความเก่ง  
ใจ นิสัยที่ดี คุณธรรม ความสัมพันธ์กับ  
คนอื่นในสังคมก็จะพัฒนาไปด้วย ถ้าเรา  
งเราก็จะดีขึ้น คุณสมบัติต่าง ๆ ก็จะมี  
ความเป็นคนมีระเบียบวินัย ความขยัน  
ความรู้จักสังเกต ความมีปัญญา ความรู้  
พิจารณาเหตุผลในการแก้ปัญหา จะได้  
พร้อมเสร็จไปในตัวเลย เป็นการฝึกฝน  
อยู่เรื่อย ตลอดเวลา

าชนะของชีวิตที่ดีงาม ซึ่งต้องมีการ  
รก้าวหน้า และถึงงานนี้แหละถ้าเรา  
งจะเป็นเครื่องพัฒนาชีวิตของเรา เพราะ  
วมองว่างานเป็นสิ่งที่ทำให้ชีวิตมีคุณภาพ  
ดีขึ้น แล้วเราก็จะมีความสุขกับการ  
ามองเห็นว่า เมื่อเราทำงาน ตัวเราก็

นอกจากนี้ก็คือบรรยากาศ ถ้าทำงานให้เป็น  
การพัฒนาตน ก็จะได้บรรยากาศที่ดีในการทำงาน คือ  
พัฒนาความมีไมตรีจิตมิตรภาพ ความยิ้มแย้มแจ่มใส  
ต่อกันในหมู่ผู้ร่วมงาน

ที่ว่ามานี้ ก็จะต้องไม่มองข้ามสิ่งสำคัญอย่างหนึ่ง  
คือพวกสวัสดิภาพและสวัสดิการต่าง ๆ กล่าวคือสภาพ  
ความเป็นอยู่ที่เหมาะสม ซึ่งเอื้ออำนวยให้มีความสุข  
สบายตามสมควร สภาพอย่างนี้ทางพระท่านเรียกว่า  
เป็น สัปปายะ สัปปายะก็คือบรรยากาศ สภาพ  
แวดล้อม สถานที่อยู่ ปัจจัยต่าง ๆ ซึ่งเกื้อกูลต่อการที่  
จะดำรงชีวิตและทำการงาน ให้เราสบายกายสบายใจ  
ไม่ต้องห่วง ไม่ต้องกังวล อันนี้ก็เป็นเรื่องขององค์  
ประกอบแวดล้อม ซึ่งจะส่งผลช่วยสนับสนุนให้ทำงาน  
ด้วยความสบายใจ และมีความรักความพอใจในงาน  
เกิดขึ้นได้ง่าย

แต่ข้อสำคัญก็อย่างที่บอกในตอนต้นแล้ว คือ  
ต้องตั้งทำให้ถูกต้องต้องงาน อย่าไปมองงานเป็นเรื่อง  
ที่ต้องทุกข์ต้องทน ต้องมองงานเป็นสิ่งที่มีความค่า มี  
ประโยชน์ แล้วก็เกิดความรักความพอใจในงาน พอมี



ความรักความพอใจอย่าง     นี้แล้วเราก็กงานด้วยความ  
ความสุข     ตั้งใจทำ

พอมีความรักงานแล้วผลดีก็ตามมาเป็นกระบวนการ  
คือ พอรักงานแล้ว ก็อยากทำงาน พออยากทำงาน  
แล้ว งานเดินหน้าไปหน่อย เราก็รู้สึกว่ามันได้ผลแล้ว  
พอได้ผล เราก็เกิดความอึดใจ ผลงานที่เกิดขึ้นแต่ละ  
ตอน ๆ ทำให้เกิดความอึดใจ และทำให้เกิดความสุข  
การเกิดมีความอึดใจที่ทางพระท่านเรียกว่า ปิติ นั้น  
เป็นกระบวนการของจิตใจที่จะทำให้คนเรามีสุขภาพจิต  
ที่ดี คนที่ทำงานอย่างนี้จะไม่ค่อยมีความเครียด

ถ้าคนไม่มีปิติ ไม่มีความอึดใจจากงาน แม้ว่า  
งานจะเดินหน้าไป แต่เมื่อยังไม่ได้ผลตอบแทนก็ไม่ได้  
ความรู้สึกนี้ เพราะใจมัวไปหวังข้างหน้า มองว่าโน้น  
เล็กงานแล้วจะได้ไปเที่ยวสนุกสนาน ใจไปอยู่ที่โน้น  
หรือไปมองที่ผลตอบแทน ใจมันไม่อยู่กับงาน เมื่อใจ  
ไม่อยู่กับงาน ก็หาความสุขจากงานไม่ได้ กลายเป็น  
ต้องทนต้องทุกข์ในการทำงาน ใจก็ไม่สบาย อันนี้  
แหละเรียกว่าตั้งใจทำที่ไม่ถูกต้อง เพราะฉะนั้น จะต้อง  
ทำใจให้มีความสุขสนุกกับงานไปเลย อย่างที่ว่า พอใจ

รักงานแล้ว งานก้าวไปนิด เราก็อึดใจ  
ก้าวไปที่ละหน่อย ๆ ก็มีความสุขสบายไป  
ตลอดทุกขั้นตอน เป็นอันว่านอกจากจะ  
ทำงานด้วยใจสบาย มีความสุขเป็นพื้น  
ผลงานก็ยิ่งมีความสุข มีปิตีมากยิ่งขึ้น

ปรุ่แต่งสิ่งอื่นได้หลากหลาย  
ทำไมไม่ปรุ่แต่งใจตัวเองให้  
❖ ❖ ❖ ❖ ❖

ความก้าวหน้าอีกขั้นหนึ่งก็คือ  
ตนเองให้ผ่องใสเบิกบานตลอดเวลา โดย  
ตัวเองว่า ทำใจให้ร่าเริงผ่องใส

เรื่องใจของเราเนี่ย เราปรุ่แต่งได้  
ก็ได้ ให้ร้ายก็ได้ ปรุ่แต่งไม่ดีก็หมายความว่า  
ความรู้สึกที่ไม่สบายใจ ชุ่นมัว เศร้าหมอง  
กระวนกระวาย โดยนึกถึงอะไรที่ไม่ได้  
เช่น นึกถึงความอยากที่จะไปโน่นไปนี่  
ไม่ได้ ทำไมยังไม่ถึงเวลาเสียที จัน

พอใจอย่างนี้แล้วเราก็ก้าวไปทำงานด้วย  
ใจทำ

มารักงานแล้วผลดีก็ตามมาเป็นกระบวน  
มาแล้ว ก็อยากทำงาน พออยากทำงาน  
หน้าไปหน่อย เราก็รู้สึกว่ามันได้ผลแล้ว  
ก็เกิดความอึดใจ ผลงานที่เกิดขึ้นแต่ละ  
ก็เกิดความอึดใจ และทำให้เกิดความสุข  
อึดใจที่ทางพระท่านเรียกว่า ปิติ นั้น  
ของจิตใจที่จะทำให้คนเรามีสุขภาพจิต  
อย่างนี้จะไม่ค่อยมีความเครียด

ไม่มีปิติ ไม่มีความอึดใจจากงาน แม้ว่า  
ไป แต่เมื่อยังไม่ได้ผลตอบแทนก็ไม่ได้  
เพราะใจมัวไปหวังข้างหน้า มองว่าโน่น  
ได้ไปเที่ยวสนุกสนาน ใจไปอยู่ที่โน่น  
ตอบแทน ใจมันไม่อยู่กับงาน เมื่อใจ  
ก็หาความสุขจากงานไม่ได้ กลายเป็น  
ช้ในการทำงาน ใจก็ไม่สบาย อันนี้  
งทำที่ไม่ถูกต้อง เพราะฉะนั้น จะต้อง  
สุขสนุกกับงานไปเลย อย่างที่ว่า พอใจ

รักงานแล้ว ก้าวไปนิด เราก็อึดใจเมื่อได้เห็นงาน  
ก้าวไปที่ละหน่อย ๆ ก็มีความสุขใจอึดใจเรื่อยไป  
ตลอดทุกขั้นตอน เป็นอันว่านอกจากจะมีความรักงาน  
ทำงานด้วยใจสบาย มีความสุขเป็นพื้นอยู่แล้ว พอเห็น  
ผลงานก็ยิ่งมีความสุข มีปิติมากยิ่งขึ้น

ปรุ่่งแต่งสิ่งอื่นได้หลากหลาย  
ทำไมไม่ปรุ่่งแต่งใจตัวเองให้เป็นสุข

❖ ❖ ❖ ❖ ❖

ความก้าวหน้าอีกขั้นหนึ่งก็คือ การทำใจของ  
ตนเองให้ผ่องใสเบิกบานตลอดเวลา โดยมีสติเตือนใจ  
ตัวเองว่า ทำใจให้ร่าเริงผ่องใส

เรื่องใจของเราเนี่ย เราปรุ่่งแต่งได้ ปรุ่่งแต่งให้ดี  
ก็ได้ ให้ร้ายก็ได้ ปรุ่่งแต่งไม่ดีก็หมายความว่า ให้เกิด  
ความรู้สึกที่ไม่สบายใจ ชุ่นมัว เศร้าหมอง เดือดร้อน  
กระวนกระวาย โดยนึกถึงอะไรที่ไม่ได้หรือไม่ได้ขึ้นมา  
เช่น นึกถึงความอยากที่จะไปโน่นไปนี่ ตอนนี้อย่างไป  
ไม่ได้ ทำไมยังไม่ถึงเวลาเสียที ฉันอยากจะเลิกงาน

ไปเที่ยวที่โน้น ไปสนุกที่นั่น นี่ยังเหลืออีกตั้ง ๒ ชั่วโมง พอคิดอย่างนี้แล้วก็ปรุ่ดแต่งไป ใจก็ฟุ้งซ่านกระวนกระวาย ตอนนี้ทำงานก็ไม่มีความสุข แล้วยังเกิดความเครียดด้วย

ทีนี้ในทางตรงข้าม เราปรุ่ดแต่งจิตใจในทางที่ดี ให้ร่าเริงสนุกสนาน มองงานที่ทำอยู่ต่อหน้า ส่วนข้างหน้าไม่ต้องไปคิดห่วง เดียวถึงเวลาก็เลิกงานเองแหละ ครบ ๑๒ ชั่วโมง ก็ ๑๒ ชั่วโมง ๘ ชั่วโมง ก็ ๘ ชั่วโมง ครบเมื่อไรก็เมื่อนั้น เวลามันยุติธรรมกับทุกคน มันไม่เคยเอาเปรียบใคร เราไปคิดเอาเองว่าเวลามันช้าเหลือเกิน ก็เพราะเราไปรอมัน ถ้าเราไม่รอมัน มันก็ไม่ช้า เราก็ทำงานของเราไป

ก็อย่างที่บอกแล้วว่า เวลามันให้เป็นธรรมแก่ทุกคนเสมอกัน แต่ถ้าตั้งใจผิด มันก็ทำให้เวลาช้าหรือเร็วตามแต่ที่เราจะตั้งใจอย่างไร เพราะฉะนั้นเราก็ทำให้ใจให้ถูก เราได้อยู่แล้วว่าเวลามันเป็นอย่างนั้นของมันตามธรรมชาติ ก็ไม่ต้องไปเร่งรัดหรือขัดขวางมัน ให้เหมือนใจหรือให้ขัดใจตัวเราเอง แทนที่จะทำอย่างนั้นเราก็เอาใจมาอยู่กับงานของเรา ทำใจให้ร่าเริงกับงาน

สนุกสนานกับงาน ปรุ่ดแต่งใจให้ร่าเริง

ความร่าเริงเบิกบานนั้นท่านเรียกทำใจให้ปราโมทย์ คือ เวลาทำงานก็ทำใจให้ยิ้มแย้มแจ่มใส นึกถึงงานก็นึกขึ้นมาได้ เบิกบาน คอยเตือนสติตัวเองอยู่เรื่อย ๆ ชุ่มฉ่ำ นึกขึ้นมาได้ก็หยุดและบอกตัวเอง ชักจะไม่ได้การแล้วละมัง ใจเราชักจะเผลอกระวาย ชักจะชุ่มฉ่ำเศร้าหมองแล้ว ไม่จะต้องร่าเริงเบิกบาน พอได้สติอย่างบอกกับใจตัวเอง พอรู้ทันแล้วก็ทำใจไป

การปรุ่ดแต่งใจอย่างนี้ เราทำให้เราปรุ่ดแต่งใจของเรา ถ้าปรุ่ดให้เป็นดี ให้ไม่ดี มันก็ไม่ดี เหมือนกับอาหาร จะปรุ่ดให้น่ากินหรือปรุ่ดให้ไม่น่ากินก็ได้ ใจของเรา เราก็ปรุ่ดได้ ปรุ่ดของข้างนอก ปรุ่ดในใจตัวเองทำไมจะปรุ่ดไม่ได้ เปรุ่ดใจตัวเอง ปรุ่ดด้วยของดี ๆ ด้วย นึกแต่สิ่งที่ดี นึกถึงงานในแง่ดี นึกให้มีทำงานก็ร่าเริงเบิกบานไปกับงาน

ไปสนุกที่นั่น นี่ยังเหลืออีกตั้ง ๒ ชั่วโมง  
แล้วก็ปรงแต่งไป ใจก็ฟุ้งซ่านกระวน  
กระวายทำงานก็ไม่มีความสุข แล้วยังเกิด

อาการตรงข้าม เราปรงแต่งจิตใจในทางที่ดี  
นาน มองงานที่ทำอยู่ต่อหน้า ส่วน  
ไปคิดห้วง เดียวถึงเวลาก็เลิกงาน  
1 ๑๒ ชั่วโมง ก็ ๑๒ ชั่วโมง ๘  
ชั่วโมง ครบเมื่อไรก็เมื่อนั้น เวลามัน  
มันไม่เคยเอาเปรียบใคร เราไปคิด  
มันช้าเหลือเกิน ก็เพราะเราไปรอมมัน ถ้า  
มันก็ไม่ช้า เราก็ทำงานของเราไป  
บอกแล้วว่า เวลามันให้เป็นธรรม  
มัน แต่ถ้าตั้งใจผิด มันก็ทำให้เวลาช้า  
ว่าเราจะตั้งใจอย่างไร เพราะฉะนั้น  
เราารู้อยู่แล้วว่าเวลามันเป็นอย่างนั้น  
มันชาติ ก็ไม่ต้องไปเร่งรัดหรือขัดขวางมัน  
ให้ขัดใจตัวเราเอง แทนที่จะทำอย่างนั้น  
อยู่กับงานของเรา ทำใจให้ร่าเริงกับงาน

สนุกสนานกับงาน ปรงแต่งใจให้ร่าเริงเบิกบาน

ความร่าเริงเบิกบานนั้นท่านเรียกว่า ปราโมทย์  
ทำใจให้ปราโมทย์ คือ เวลาทำงานก็ทำใจให้ร่าเริงเบิกบาน  
ยิ้มแย้มแจ่มใส นึกถึงงานก็นึกขึ้นมาด้วยความร่าเริง  
เบิกบาน คอยเตือนสติตัวเองอยู่เรื่อย พอรู้สึกว้าใจซัก  
ขุนมัว นึกขึ้นมาได้ก็หยุดและบอกตัวเองว่า เอ๊ะ เรา  
ซักจะไม่ได้การแล้วกระมัง ใจเราซักจะเดือดร้อนกระวน  
กระวาย ซักจะขุนมัวเศร้าหมองแล้ว ไม่ได้ ๆ ผิดแล้ว  
จะต้องร่าเริงเบิกบาน พอได้สติอย่างนี้ก็เตือนตัวเอง  
บอกกับใจตัวเอง พอรู้ทันแล้วก็ทำใจให้ร่าเริง

การปรงแต่งใจอย่างนี้ เราทำได้ อยู่ที่การฝึก  
เราปรงแต่งใจของเรา ถ้าปรงให้เป็นดี มันก็ดี ถ้าปรง  
ให้เป็นไม่ดี มันก็ไม่ดี เหมือนกับอาหารเราก็ปรงแต่งได้  
จะปรงให้น่ากินหรือปรงให้ไม่น่ากินก็ได้ อันนี้ก็เหมือนกัน  
ใจของเรา เราก็ปรงได้ ปรงของข้างนอกเรายังปรงได้  
ปรงในใจตัวเองทำไมจะปรงไม่ได้ เพราะฉะนั้นก็มา  
ปรงใจตัวเอง ปรงด้วยของดี ๆ ด้วย ความคิดที่ดี  
นึกแต่สิ่งที่ดี นึกถึงงานในแง่ดี นึกให้มันสบายใจ เวลา  
ทำงานก็ร่าเริงเบิกบานไปกับงาน

การทำงานด้วยใจว่าเรื่งเบิกบาน ท่านเรียกว่า มี ปราโมทย์ พอมีปราโมทย์แล้วทำงานไป งาน เดินหน้าไปก็อึดใจว่างานก้าวหน้า โดยมีผลเกิดขึ้น ทีละน้อย ๆ ก็เกิด ปิติ อึดใจ พอมีปิติอึดใจแล้วก็ สบายใจ ใจสงบเย็น เกิดมี ปัสสัทธิ คือความผ่อนคลาย กายใจ ไม่มีความเครียด

พอใจสบาย ไม่เครียด มีความผ่อนคลาย สงบ เย็น มีปัสสัทธิแล้วก็มี *ความสุข* เกิดความโปร่ง โล่งใจ ความสุขนี้แปลว่า โปร่ง โล่งใจ เพราะไม่มีอะไรมา บีบคั้น ตัดขัด คับข้อง คำว่าทุกข์นั้นแปลว่าบีบคั้น คนที่มีความทุกข์ก็คือคนที่มึะไรมาบีบคั้นตนเอง ถ้า บีบคั้นกาย ก็เรียกว่าทุกข์กาย ถ้าบีบคั้นใจ ก็เรียกว่า ทุกข์ใจ

คนจำนวนมากชอบเอาอะไรมาบีบคั้นใจตัวเอง หรือทำให้เกิดความติดขัดคับข้อง ไม่โปร่ง ไม่โล่ง เกิด ความทุกข์ใจ ทีนี้พอคล่องใจ สะดวกใจ โปร่งโล่งใจ มีความสุข ใจก็มั่นคง สงบ แน่วแน่ จะทำอะไรใจก็อยู่กับเรื่องนั้น ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่กระวนกระวาย อันนี้ท่าน เรียกว่ามี สมาธิ

พอมีสมาธิ จิตใจสงบตั้งมั่นแน่วแน่ อะไร ความคิดก็เดิน ปัญญา ก็เดิน จ อะไร แม้แต่จะไปทำกรรมฐาน บำ ดีด้วย สอดคล้องกัน ดีไปหมดเลย

รวมความว่าเป็นเรื่องของการ นี้มีความสุขอย่างแท้จริงจากการทำงาน เป็นส่วนใหญ่ของชีวิตของเรา

เพราะฉะนั้น เราต้องพยายาม นี่เป็นตัวนำมาซึ่งความสุข แล้วก็สุขด้ ด้วย สุขตั้งแต่เวลาทำงานแล้ว คื ความสุข ครั้นเสร็จจากงานแล้วก็มีค ก็เป็นเรื่องของการทำให้ชีวิตมีความสุข เป็นหลัก เพราะงานนั้นเป็นส่วนใหญ่

ถ้าทำงานได้อย่างนี้ ก็เข้ากั งานที่ได้พูดกันมาตามวัฒนธรรมประเพ ไปงานวัด งานสงกรานต์ ซึ่งมองกัน บันเทิง เราก็มาทำงานของเราแม้แต่ไ เป็นไปด้วยจิตใจที่เบิกบาน สดชื่น ผ่อง โดยที่รู้เข้าใจคุณค่าของงาน และ

ด้วยใจร่าเริงเบิกบาน ท่านเรียกว่า  
พอมิปราโมทย์แล้วทำงานไป งาน  
ว่างงานก้าวหน้า โดยมีผลเกิดขึ้น  
ด ปิติ อิ่มใจ พอมิปิตีอิ่มใจแล้วก็  
น เกิดมี ปัสสัทธิ คือความผ่อนคลาย  
มเครียด

เย ไม่เครียด มีความผ่อนคลาย สงบ  
วก็มี *ความสุข* เกิดความโปร่ง โล่งใจ  
โปร่ง โล่งใจ เพราะไม่มีอะไรมา  
คับข้อง คำว่าทุกข์นั้นแปลว่าบีบคั้น  
ก็คือคนที่มีอะไรมาบีบคั้นตนเอง ถ้า  
มากกว่าทุกข์กาย ถ้าบีบคั้นใจ ก็เรียกว่า

นมากชอบเอาอะไรมาบีบคั้นใจตัวเอง  
มติดขัดคับข้อง ไม่โปร่ง ไม่โล่ง เกิด  
นี้พอคบข้องใจ สะดวกใจ โปร่งโล่งใจ  
มั่นคง สงบ แน่วแน่ จะทำอะไรใจก็อยู่  
พุ่งชาน ไม่กระวนกระวาย อันนี้ท่าน  
ธิ

พอมีสมาธิ จิตใจสงบตั้งมั่นแน่วแน่แล้ว ไม่ว่าจะคิด  
อะไร ความคิดก็เดิน ปัญญาก็เดิน จะใช้พลังจิตทำงาน  
อะไร แม้แต่จะไปทำกรรมฐาน บำเพ็ญสมาธิก็ได้ผล  
ดีด้วย สอดคล้องกัน ดีไปหมดเลย

รวมความเป็นเรื่องของการทำให้ชีวิตของเรา  
นี้มีความสุขอย่างแท้จริงจากการทำงาน เพราะว่างงาน  
เป็นส่วนใหญ่ของชีวิตของเรา

เพราะฉะนั้น เราต้องพยายามทำให้การทำงาน  
นี้เป็นตัวนำมาซึ่งความสุข แล้วก็สุขด้วยการทำงานนั้น  
ด้วย สุขตั้งแต่เวลาทำงานแล้ว คือขณะทำงานก็มี  
ความสุข ครั้นเสร็จจากงานแล้วก็มีสุขเพิ่มอีก นี่  
ก็เป็นเรื่องของการทำให้ชีวิตมีความสุข โดยเอางาน  
เป็นหลัก เพราะงานนั้นเป็นส่วนใหญ่ของชีวิต

ถ้าทำงานได้อย่างนี้ ก็เข้ากับความหมายของ  
งานที่ได้พูดกันมาตามวัฒนธรรมประเพณีไทย ที่บอกว่า  
ไปงานวัด งานสงกรานต์ ซึ่งมองกันในแง่สนุกสนาน  
บันเทิง เราก็มาทำงานของเราแม้แต่ในโรงงานนี้ ให้  
เป็นไปด้วยจิตใจที่เบิกบาน สดชื่น ผ่องใสอย่างนั้นด้วย  
โดยที่รู้เข้าใจคุณค่าของงาน และมีสติเตือนตัวเอง

ให้คอยทำใจให้รำเรงเบิกบานอย่างนี้ แล้วงานก้าวไป  
ชีวิตของเราก็พัฒนาไปด้วย

ชีวิตของคนที่ปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้อง  
นี้แหละ เป็นชีวิตที่เจริญก้าวหน้า แม้แต่สิ่งที่เราทำอยู่  
ตลอดเวลา คืองานที่เป็นของประจำนี้ ถ้าเรายังปฏิบัติ  
ไม่ถูกต้องแล้ว เราก็คงปฏิบัติต่อสิ่งอื่นไม่ค่อยถูกต้อง  
เหมือนกัน การงานนี้เป็นเรื่องที่สำคัญ ทางพระพุทธ-  
ศาสนาท่านเรียกว่าเป็นกรรม

คำว่า กรรม นั้น แปลว่าการกระทำ การ  
กระทำในชีวิตส่วนใหญ่ของคนก็คืองาน ขอให้พิจารณา  
ความหมายตามลำดับ เริ่มแรกคำว่ากรรมในความหมาย  
ที่ละเอียดที่สุด ก็คือเจตนาที่ทำการเจตนาในใจ เป็น  
ตัวการที่ทำให้เราทำโน่นทำนี่ ต่อจากนั้นเมื่อแสดง  
ออกมาเป็นการกระทำภายนอก เราเรียกว่าเป็น  
กิจกรรม ที่นี้ถ้าเป็นกิจกรรมที่เป็นหลักของชีวิตก็  
เรียกว่าเป็นงาน เพราะฉะนั้น กรรมจึงมีความหมาย  
หลายชั้น กรรมในความหมายกว้างที่สุดก็คือ งานที่  
แต่ละคนทำ พระพุทธเจ้าตรัสว่า *กัมมุนา วัตตตี*  
*โลโก* โลกนี้เป็นไปตามกรรม ก็คือเป็นไปตามกรรม

ขั้นพื้นฐาน คืองานของคน

มนุษย์ที่ทำงานกันอยู่ในสังค  
บันดาลวิถิความเป็นไปของโลก ห  
และสังคมจะเป็นไปอย่างไรก็ด้วยกิจ  
งานของคน อาชีพการงานหรือเรื่อ  
เศรษฐกิจ ในชีวิตของคนส่วนใหญ่  
ให้โลกให้สังคมเป็นไป เอาตั้งแต่สัง  
จะเป็นอย่างไรก็อยู่ที่งานที่คนไทยทำ  
ถ้าเราจะให้สังคมประเทศชาติของเรา  
แต่ละคนที่อยู่ในประเทศเป็นพลเมือง  
ให้ถูกเรื่อง ให้เป็นงานที่จะนำประเท  
ความเจริญก้าวหน้า

งานในความหมายต่อมา เมื่อ  
ที่สุดแล้ว กิจกรรมของมนุษย์ทุกอย  
เจตจำนงในใจ เจตจำนง เจตนา  
นั้น เป็นตัวการที่ปรุงแต่งสร้างสรรค์  
โลกมนุษย์นี้เป็นโลกของเจตจำนง หรือ  
คิดปรุงแต่งสร้างสรรค์ สังคมมีความจริ  
วัฒนธรรม มีวิทยาการต่าง ๆ มีเทคโนโลยี



วังเบิกบานอย่างนี้ แล้วงานก้าวไป  
ไปได้ด้วย

ที่ปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้อง  
ที่เจริญก้าวหน้า แม้แต่สิ่งที่เราทำอยู่  
นที่เป็นของประจํานี้ ถ้าเรายังปฏิบัติ  
เราก็คงปฏิบัติต่อสิ่งอื่นไม่ค่อยถูกต้อง  
งานนี้เป็นเรื่องที่สำคัญ ทางพระพุทธ-  
ว่าเป็นกรรม

กรรม นั้น แปลว่าการกระทำ การ  
นใหญ่ของคนก็คืองาน ขอให้พิจารณา  
ลำดับ เริ่มแรกคำว่ากรรมในความหมาย  
ก็คือเจตนาที่ทำการเจตนาในใจ เป็น  
ราทำโน่นทำนี่ ต่อจากนั้นเมื่อแสดง  
รกระทำภายนอก เราเรียกว่าเป็น  
กนี้ถ้าเป็นกิจกรรมที่เป็นหลักของชีวิตก็  
น เพราะฉะนั้น กรรมจึงมีความหมาย  
มในความหมายกว้างที่สุดก็คือ งานที่  
พระพุทธเจ้าตรัสว่า กัมมุนา วัตตตี  
ไปเป็นไปตามกรรม ก็คือเป็นไปตามกรรม

ขั้นพื้นฐาน คืองานของคน

มนุษย์ที่ทำงานกันอยู่ในสังคมนี้แหละ เป็นตัว  
บันดาลวิถึความเป็นไปของโลก หรือของสังคม โลก  
และสังคมจะเป็นไปอย่างไรก็ด้วยกิจกรรมสำคัญ คือ  
งานของคน อาชีพการงานหรือเรื่องของกิจกรรมทาง  
เศรษฐกิจ ในชีวิตของคนส่วนใหญ่นี้ เป็นเครื่องนำ  
ให้โลกให้สังคมเป็นไป เอาตั้งแต่สังคมประเทศไทยนี้  
จะเป็นอย่างไรก็อยู่ที่งานที่คนไทยทำ เพราะฉะนั้น  
ถ้าเราจะให้สังคมประเทศชาติของเราไปทางไหน คน  
แต่ละคนที่อยู่ในประเทศเป็นพลเมือง ก็ต้องทำงาน  
ให้ถูกเรื่อง ให้เป็นงานที่จะนำประเทศชาติสังคมไปสู่  
ความเจริญก้าวหน้า

งานในความหมายต่อมา เมื่อเจาะลึกลงไปถึง  
ที่สุดแล้ว กิจกรรมของมนุษย์ทุกอย่างนั้นก็มาจาก  
เจตจำนงในใจ เจตจำนง เจตนา หรือความตั้งใจ  
นั้น เป็นตัวการที่ปรุงแต่งสร้างสรรค์ทุกสิ่งทุกอย่าง  
โลกมนุษย์นี้เป็นโลกของเจตจำนง หรือโลกแห่งความ  
คิดปรุงแต่งสร้างสรรค์ สังคมมีความเจริญก้าวหน้า มี  
วัฒนธรรม มีวิทยาการต่าง ๆ มีเทคโนโลยี มีอะไร ๆ



ทุกอย่างทั้งหมดนั้นเป็นเรื่องของเจตจำนง คือความคิด  
ปรุงแต่งสร้างสรรค์ทั้งนั้น ต่างจากโลกของสัตว์ทั้งหลาย  
โลกของธรรมชาติทั้งหมดนั้น มีความเป็นไปอีกแบบหนึ่ง  
ไม่เหมือนกับโลกของมนุษย์ที่เป็นโลกแห่งเจตจำนง หรือ  
โลกของเจตนาปรุงแต่งสร้างสรรค์

เพราะฉะนั้น ท่านจึงบอกว่า โลกนี้หรือสังคมนี  
เป็นไปเพราะกรรม หรือเป็นไปตามกรรมของมนุษย์ ซึ่ง  
มีความหมายหลายชั้น เริ่มตั้งแต่เจตจำนง หรือเจตนา  
ปรุงแต่ง สร้างสรรค์ ของคนที่คิดเก่ง ซึ่งเป็นผู้คิดริเริ่ม  
ที่จะนำสังคมให้เกิดการเปลี่ยนแปลง พอคนส่วนใหญ่  
เปลี่ยนไปตามวิธีนั้น สังคมก็เป็นไปตามนั้น แต่โดย  
ปกติเมื่อทุกอย่างลงตัวแล้ว กิจกรรมส่วนใหญ่ของ  
มนุษย์คือการงานนี้แหละที่ทำให้สังคมเป็นไป

เพราะฉะนั้น เราทุกคนนี้มีส่วนที่จะปรุงแต่งชีวิต  
ปรุงแต่งสังคม ปรุงแต่งโลกให้เป็นไปต่าง ๆ เราจึง  
ควรจะมาช่วยกันปรุงแต่งในทางที่เป็นการสร้างสรรค์  
ให้เป็นประโยชน์ การงานที่เป็นอาชีพสุจริตก็เป็นส่วนที่  
จะช่วยปรุงแตงนำโลกไปในทางที่ดีงาม ให้โลกร่มเย็น  
เป็นสุข ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน ยิ่งถ้างานนั้น

ไม่เพียงแต่สุจริต แต่ยังเป็นงานที่เ  
ด้วย ก็เป็นเครื่องหล่อเลี้ยงให้โลกนี้  
ก้าวหน้ายิ่ง ๆ ขึ้นไป เราจึงควร  
การงานที่เราทำอย่างถูกต้อง เมื่  
ถูกต้องก็มองเห็นคุณค่าของงาน  
ในงาน ระลึกขึ้นมาเมื่อไรก็มีความอ  
ในสิ่งที่เป็นประโยชน์แล้ว

วันนี้ อาตมาได้มาพบปะกับ  
โรงงาน ชาวบริษัทนี้ ซึ่งเป็นผู้ทำงาน  
ที่สร้างสรรค์ เป็นประโยชน์ ก็ขอไ  
คุณค่าแห่งงานของตนเอง อย่างที่ได้ก  
นอกจากทำประโยชน์ให้แก่ผู้อื่นแล้ว  
ของเราให้สบายมีความสุขด้วย แล  
สบายและมีความสุขนี้ ก็จะเป็นปัจจุ  
เป็นประโยชน์แก่ส่วนรวมได้ผลดียิ่งขึ้น  
อิงอาศัยและส่งเสริมซึ่งกันและกัน ผู้ก  
ทั้งตัวเราและส่วนรวมมีความสุขเจริญก้าว  
ตกลงรวมความว่า การทำงาน  
ประโยชน์และมีความสุขเจริญก้าวหน้าขึ้นไ

เป็นเรื่องของเจตจำนง คือความคิด  
ทั้งนั้น ต่างจากโลกของสัตว์ทั้งหลาย  
ทั้งหมดนั้น มีความเป็นไปอีกแบบหนึ่ง  
มนุษย์ที่เป็นโลกแห่งเจตจำนง หรือ  
แต่งสร้างสรรค์

วันนี้ ท่านจึงบอกว่า โลกนี้หรือสังคมนี้  
หรือเป็นไปตามกรรมของมนุษย์ ซึ่ง  
ยชน์ เริ่มตั้งแต่เจตจำนง หรือเจตนา  
สรรค์ ของคนที่คิดเก่ง ซึ่งเป็นผู้คิดริเริ่ม  
เกิดการเปลี่ยนแปลง พอคนส่วนใหญ่  
นั้น สังคมก็เป็นไปตามนั้น แต่โดย  
งลงตัวแล้ว กิจกรรมส่วนใหญ่ของ  
นี้แหละที่ทำให้สังคมเป็นไป

ฉะนั้น เราทุกคนนี้มีส่วนที่จะปรุงแต่งชีวิต  
ปรุงแต่งโลกให้เป็นไปต่าง ๆ เราจึง  
้นปรุงแต่งในทางที่เป็นการสร้างสรรค์  
์ การงานที่เป็นอาชีพสุจริตก็เป็นส่วนที่  
นำโลกไปในทางที่ดีงาม ให้โลกร่มเย็น  
ยดเบียนซึ่งกันและกัน ยิ่งถ้างานนั้น

ไม่เพียงแต่สุจริต แต่ยังเป็นงานที่เกื้อกูลเป็นประโยชน์  
ด้วย ก็เป็นเครื่องหล่อเลี้ยงให้โลกนี้มีความสุข เจริญ  
ก้าวหน้ายิ่ง ๆ ขึ้นไป เราจึงควรจะมีความพอใจใน  
การงานที่เราทำอย่างถูกต้อง เมื่อเราทำงานอย่าง  
ถูกต้องก็มองเห็นคุณค่าของงาน เราก็มีความพอใจ  
ในงาน ระลึกขึ้นมาเมื่อไรก็มีความภูมิใจว่า เราได้ทำ  
ในสิ่งที่เป็นประโยชน์แล้ว

วันนี้ อาตมาได้มาพบปะกับโยมญาติมิตรชาว  
โรงงาน ชาวบริษัทนี้ ซึ่งเป็นผู้ทำงานที่สุจริต ทำงาน  
ที่สร้างสรรค์ เป็นประโยชน์ ก็ขอให้ทุกท่านมองเห็น  
คุณค่าแห่งงานของตนเอง อย่างที่ได้กล่าวมาแล้ว และ  
นอกจากทำประโยชน์ให้แก่ผู้อื่นแล้ว ก็ต้องทำจิตใจ  
ของเราให้สบายมีความสุขด้วย และจิตใจของเราที่  
สบายและมีความสุขนี้ ก็จะเป็นปัจจัยให้เราทำงานที่  
เป็นประโยชน์แก่ส่วนรวมได้ผลดียิ่งขึ้นด้วย เป็นสิ่งที่  
อิงอาศัยและส่งเสริมซึ่งกันและกัน ผูกพันกันไป ทำให้  
ทั้งตัวเราและส่วนรวมมีความสุขเจริญก้าวหน้ายิ่ง ๆ ขึ้นไป

ตกลงรวมความว่า การทำงานนั้นทำให้เราได้  
ประโยชน์และมีความสุขเจริญก้าวหน้าขึ้นไปเรื่อย ๆ ส่วน

ที่ได้นี้ ก็มีทั้งสองด้าน คือด้านตัวงาน ซึ่งอาจจะออกมาเป็นผลทางวัตถุ ด้านหนึ่ง และด้านของจิตใจที่มีความสุข มีความสบายอึดใจ พร้อมกันไปกับการที่มีการพัฒนาของชีวิตอยู่เรื่อยไป ดังนั้นเราจึงควรนำเอาหลักนี้มาตรวจสอบ ดูว่าการทำงานของเรานี้ ตลอดจนการดำเนินชีวิตทั้งหมดของเราได้มีความเจริญก้าวหน้าขึ้นไปตลอดเวลาหรือไม่

### ตรวจสอบความเจริญก้าวหน้า ให้แต่ละวันเวลาได้ทั้งงานและความสุข



การที่จะเจริญก้าวหน้าขึ้นไปนี้ถ้าจะให้เห็นชัดก็ต้องดูจากหน่วยย่อย เพราะความเจริญก้าวหน้าในปีหนึ่ง ๆ นั้นก็มาจากแต่ละเดือน มาจากแต่ละวัน รวมกันเข้า เพราะฉะนั้น คนที่จะเจริญจริง ๆ จึงต้องทำการสำรวจประจำวันว่า ในแต่ละวันนี้เราได้พัฒนา ได้ผลเพิ่มพูนขึ้นหรือเปล่า ถ้ามาสำรวจซ้ำ ๆ รวดเดือนหนึ่งหรือปีหนึ่งนั้นไม่ทันหรอก คนที่จะมีฐานะ

ดีขึ้นตั้งตัวได้และเจริญรุ่งเรืองนี้แต่ละวัน พระท่านจึงสอนเตือนไว้เป็นพิเศษหนึ่ง จำไว้ได้ก็ดี เอาไว้สำรวจดูเวลาแต่ละวันอย่าให้ผ่านไปเปล่า ได้อะไรบ้าง

ถ้าจำอันนี้ได้และนำมาใช้แน่นอน เพราะแต่ละวันเราจะสำรวจเราได้อะไรไหม ก่อนจะนอนก็สำรวจแล้วปรากฏว่าได้ก็มีความพอใจไม่ได้ ก็เท่ากับเป็นเครื่องเตือนสติพยายามทำให้ได้ผล ต้องแก้ตัว และรู้สึกว่าได้ทุกวัน พอได้ทุกวันแล้ว คุณเท่าไร เดือนหนึ่งก็เยอะแล้ว ปีหนึ่งยิ่งขึ้นนั้น ให้สำรวจดูในแต่ละวัน ทางคาถาภาษาบาลีว่า

อโมฆํ ทิวสํ กยิรา อป

จำเป็นคาถาไว้ก็ได้ คาถาบางอย่างคนท่องไปไม่รู้เรื่อง

าน คือด้านตัวงาน ซึ่งอาจจะออก  
ด้านหนึ่ง และด้านของจิตใจที่มี  
สบายอึดใจ พร้อมกันไปกับการที่มี  
อยู่เรื่อยไป ดังนั้นเราจึงควรนำเอา  
ดูว่าการทำงานของเร าลอดจน  
หมดของเราได้มีความเจริญก้าวหน้า  
หรือไม่

รอบความเจริญก้าวหน้า  
ในเวลาได้ทั้งงานและความสุข  
❖ ❖ ❖ ❖ ❖

เจริญก้าวหน้าขึ้นไปนี้จะให้เห็นชัด  
ย่อย เพราะความเจริญก้าวหน้าใน  
มาจากแต่ละเดือน มาจากแต่ละวัน  
ฉะนั้น คนที่จะเจริญจริง ๆ จึง  
จะประจำวันว่า ในแต่ละวันนี้เราได้  
เพิ่มพูนขึ้นหรือเปล่า ถ้ามิว่าสำรวจซ้ำ ๆ  
ทุกปีหนึ่งนั้นไม่ทันหรอก คนที่จะมีฐานะ

ดีขึ้นดังตัวได้และเจริญรุ่งเรืองนี้ เขาต้องสำรวจใน  
แต่ละวัน พระท่านจึงสอนเตือนไว้เป็นพุทธศาสนสุภาษิต  
บทหนึ่ง จำไว้ได้ก็ดี เอาไว้สำรวจตัวเอง ท่านบอกว่า  
เวลาแต่ละวันอย่าให้ผ่านไปเปล่า ไม่มากก็น้อยต้องให้  
ได้อะไรบ้าง

ถ้าจำอันนี้ได้และนำมาใช้ละก็เจริญงอกงาม  
แน่เลย เพราะแต่ละวันเราจะสำรวจตนเองว่า วันนี้  
เราได้อะไรไหม ก่อนจะนอนก็สำรวจก่อน ที่นี้ถ้า  
สำรวจแล้วปรากฏว่าได้ก็มีความพอใจ แต่ถ้ารู้สึกว่  
ไม่ได้ ก็เท่ากับเป็นเครื่องเตือนสติว่าพรุ่งนี้เราจะต้อง  
พยายามทำให้ได้ผล ต้องแก้ตัว และต่อไปจะต้องให้  
รู้สึกว่าได้ทุกวัน พอได้ทุกวันแล้ว ครบปีหนึ่งไม่รู้ว่าได้  
เท่าไร เดือนหนึ่งก็เยอะแล้ว ปีหนึ่งยิ่งมากมาย เพราะ  
ฉะนั้น ให้สำรวจดูในแต่ละวัน ทางพระท่านบอกเป็น  
คาถาภาษาบาลีว่า

อโมฆํ ทิวสํ กยิรา อปฺเปน พหุเกณ วา

จำเป็นคาถาไว้ก็ได้ คาถาอย่างนี้มีประโยชน์  
คาถาบางอย่างคนท่องไปไม่รู้เรื่อง ท่องไปโดยไม่รู้

ความหมายเลย แต่คาถาที่อาตมาให้คราวนี้ ใช้ได้  
ศักดิ์สิทธิ์ด้วย เป็นคาถาที่ได้ผลชะงัดเลยทีเดียว และ  
เราก็นึกความหมาย มองเห็นประโยชน์แท้จริง ทวนอีกที  
ว่า *อโมฆะ ทิวส์ กยิรา อปฺเปน พหุเกณ วา* เท่านั้น  
แปลว่า เวลาแต่ละวันอย่าให้ผ่านไปเปล่า ไม่มากก็น้อย  
ต้องให้ได้อะไรบ้าง เอาแค่นี้ละ แต่ละวันแต่ละคืนนี้  
ให้สำรวจตัวเอง

ทีนี้ ที่ว่าได้นี้ หลายคนก็มองไปในแง่ว่าได้เงิน  
อย่าไปคิดแค่นั้น ชีวิตของเราไม่ใช่ได้แค่นั้น แม้แต่เอา  
อย่างง่าย ๆ ที่พูดกันว่าชีวิตของเราอยากได้ความสุข  
ถ้าเราได้เงินมากก็เป็นปัจจัยส่วนหนึ่งที่จะหล่อเลี้ยง  
ให้เรามีความสุข แต่ไม่ใช่ว่าได้เงินแล้วจะมีความสุข  
แน่นอน เงินไม่ใช่หลักประกันของความสุข มันเป็น  
เพียงตัวเอื้อให้มีความสุข แต่หลายคนได้เงินมา มากก็  
ไม่มีความสุข ก็เห็น ๆ รู้ ๆ กันอยู่ ไม่ต้องยกตัวอย่าง

เพราะฉะนั้น ได้เงินอย่างเดียวยังไม่พอ ต้องได้  
อย่างอื่นด้วย ถ้าได้เงินอย่างเดียวก็ได้แค่วัตถุ ได้สิ่งที่เป็น  
รูปธรรม ได้เพียงด้านร่างกาย แต่ที่จะให้มีความสุข  
จริงนั้น ได้ทางร่างกายอย่างเดียวไม่พอ ต้องได้

ทางด้านจิตใจด้วย ทางใจจะได้อย่าง  
ที่สำคัญมากอย่างหนึ่งก็คือการที่รู้สึก  
ให้เป็นประโยชน์ งานนี้ละเป็นสิ่งที่  
เป็นประโยชน์

งานเป็นสิ่งที่มีความค่า เรารู้แล้ว  
มีความค่าต่อมนุษย ทั้งในการพัฒนา  
จะช่วยพัฒนาประเทศชาติ สังคม วั  
ได้ทำประโยชน์แก่ผู้อื่นแล้ว พอรู้สึก  
จิตใจ

การที่เราทำอะไรต่าง ๆ นี้  
หาทองเพื่ออะไร ก็เพื่อจะให้มีความสุข  
ได้ความสุขจริงหรือเปล่า ลองสำ  
บางคนไม่เคยสำรวจเลยว่า เป้าหมา  
เราได้หรือเปล่า แต่ไปมองแค่ว่าได้ใช้  
ดูต่อไปให้ถึงเป้าว่า ได้เงินมาแล้วเรามี  
เสร็จแล้วหาเงินตลอดชาติ แต่ไม่พบ  
ก็ไม่ได้เรื่อง

ตกลงว่ามาสำรวจกันเลย  
นี่แหละ ทั้งด้านเงิน ด้านงาน ด้าน

แต่คาถาที่อาตมาให้คราวนี้ ใช้ได้  
นคาถาที่ได้ผลชะงัดเลยทีเดียว และ  
มองเห็นประโยชน์แท้จริง ทวนอีกที  
กยิรา อปฺเปน พหุเคน วา เก้านี้  
วันอย่าให้ผ่านไปเปล่า ไม่มากก็น้อย  
เอาแค่นี้ละ แต่ละวันแต่ละคืนนี้

ดังนี้ หลายคนก็มองไปในแง่ว่าได้เงิน  
ชีวิตของเราไม่ใช่ได้แค่นั้น แม้แต่เอา  
ดูกันว่าชีวิตของเราอยากได้ความสุข  
ก็เป็นปัจจัยส่วนหนึ่งที่จะหล่อเลี้ยง  
แต่ไม่ใช่ว่าได้เงินแล้วจะมีความสุข  
หลักประกันของความสุข มันเป็น  
ความสุข แต่หลายคนได้เงินมามากก็  
ไม่มีความสุข อยู่นั่นแหละ ไม่ต้องยกตัวอย่าง  
ไหน ได้เงินอย่างเดียวยังไม่พอ ต้องได้  
ได้เงินอย่างเดียวก็ได้แค่วัตถุ ได้สิ่งที่  
เพียงด้านร่างกาย แต่ที่จะให้มีความ  
ง่ร่างกายอย่างเดียวไม่พอ ต้องได้

ทางด้านจิตใจด้วย ทางใจจะได้อย่างไร การได้ทางใจ  
ที่สำคัญมากอย่างหนึ่งก็คือการที่รู้สึกที่เราได้ทำชีวิตนี้  
ให้เป็นประโยชน์ งานนี้จะเป็นสิ่งที่จะทำให้ชีวิตของเรา  
เป็นประโยชน์

งานเป็นสิ่งที่มีความค่า เรารู้แล้วว่ามันเป็นสิ่งที่มี  
คุณค่าต่อมนุษย ทั้งในการพัฒนาดน และในการที่  
จะช่วยพัฒนาประเทศชาติ สังคม วันนี้เราได้งานแล้ว  
ได้ทำประโยชน์แก่ผู้อื่นแล้ว พอรู้สึกอย่างนี้ก็ได้ผลทาง  
จิตใจ

การที่เราทำอะไรต่าง ๆ นี้เพื่ออะไร หาเงิน  
หาทองเพื่ออะไร ก็เพื่อจะให้มีความสุข เสร็จแล้วเรา  
ได้ความสุขจริงหรือเปล่า ลองสำรวจดูในแต่ละวัน  
บางคนไม่เคยสำรวจเลยว่า เป้าหมายที่แท้คือความสุข  
เราได้หรือเปล่า แต่ไปมองแค่ว่าได้เงินหรือเปล่า ไม่ได้  
ดูต่อไปให้ถึงเป้าว่า ได้เงินมาแล้วเรามีความสุขหรือเปล่า  
เสร็จแล้วหาเงินตลอดชาติ แต่ไม่พบ ความสุขแท้สักที  
ก็ไม่ได้เรื่อง

ตกลงว่ามาสำรวจกันเลย สำรวจตั้งแต่วันนี้  
นี้แหละ ทั้งด้านเงิน ด้านงาน ด้านการทำประโยชน์

และอะไรต่อ อะไรแล้วแต่จะคิดได้ แต่ให้มาลงท้าย  
ที่จิตใจ ว่าได้มีความสุข มีความสงบ มีความเจริญ  
ขึ้นใหม่ ถ้าจิตใจมีการพัฒนา ก็มีความสุขอย่างที่ว่า  
เมื่อไหร่ คือ มีความร่าเริงเบิกบานใจ มีความอึดใจ  
มีความผ่อนคลาย สงบเย็นกายใจ มีความปลอดโปร่ง  
คล่องใจ และมีความสุขสงบมั่นคงแน่วแน่ของจิตใจ

ถ้าดูจนถึงจุดนี้แล้วก็สบายใจได้ เรียกว่าดูครบ  
วงจร ไม่ใช่ดูแค่เงินอย่างเดียว ติดอยู่ต้นวงจร ได้วัตถุ  
อย่างเดียวไม่พอ การสำรวจรายได้แต่ละวันต้องสำรวจ  
ให้ครบวงจร ตั้งแต่ได้วัตถุที่หายาไปจนถึงได้สาระใน  
จิตใจที่เป็นนามธรรมละเอียดบริสุทธิ์ ว่าเราได้ความสุข  
ความสงบของจิตใจ ความร่าเริงเบิกบานใจบ้างไหม  
ต้องพยายามให้ได้ แต่ละวันก่อนจะนอนหลับ อย่างน้อย  
มันเครียดมาทั้งวันแล้ว มันเศร้าหมอง ขุ่นมัวมามาก  
เอาละก่อนจะนอน ให้มันยิ้มกับตัวเองได้ก็ยิ่งดี ยิ้มในใจ  
และทำให้ร่าเริง แม้แต่จะนอนก็ยังปรุงแต่งจิตใจ  
ของเราได้

เวลาจะนอน พอล้มตัวลงไป ก็วางตัวให้สบาย  
แล้วปล่อยมือปล่อยเท้า บอกกับตัวเองว่า สบาย และ

ทำให้รู้สึกสบายอย่างที่ว่านั้น ทำ  
การนำตัวเอง จิตใจของคนเรานี้มัน  
เรานอนแล้วเราก็บอกตัวเองว่าสบาย  
สงบสบายจริง ๆ บางคนไม่เคยนึกไ  
ใจไม่มีเวลาพักเลย ร่างกายก็เหมือนก  
แต่ถึงกายจะพักใจก็ไม่พักอีก คิดว่า  
คนโบราณว่า กลางคืนเป็นคว้น ก  
หมายความว่า ร้อนรุ่มตลอดเวลา

ฉะนั้น จึงต้องมีวิธีการ อย่  
กายแล้วก็ให้ใจได้พักด้วย บอกตัวเอง  
ทำให้ผ่อนคลายโปร่งเบา ให้ร่าเ  
ความสุข

ถ้าเกิดนอนไม่หลับ ก็อย่าไปทุ  
นอนไม่หลับแล้วยังไปซ้ำเติมตัวเองอีก  
อย่างเดียวกั้แ่อยู่แล้ว ยังไปทุกข์ระว  
ความไม่หลับอีก โอ้ย ทำไมเราจึงไม่ห  
กังวลใจ ก็นอนธรรมดาเป็นทุกข์อยู่  
ตอนเช้าก็หวิว ๆ โหวงเหว จะเป็

ที่นี่ เอาใหม่ ถ้านอนไม่หลับ ก็ไ

อะไรแล้วแต่จะคิดได้ แต่ให้มาลงท้าย  
ความสุข มีความสงบ มีความเจริญ  
งมีการพัฒนามีความสุขอย่างที่ว่า  
ความร่าเริงเบิกบานใจ มีความอึดใจ  
ย สงบเย็นกายใจ มีความปลอดภัย  
ความสงบมั่นคงแน่วแน่ของจิตใจ  
งจุดนี้แล้วก็สบายใจได้ เรียกว่าดูครบ  
เงินอย่างเดียว ติดอยู่ต้นวงจร ได้วัตถุ  
การสำรวจรายได้แต่ละวันต้องสำรวจ  
งแต่ได้วัตถุที่หายาไปจนถึงได้สาระใน  
ธรรมละเอียดบริสุทธิ์ ว่าเราได้ความสุข  
จิตใจ ความร่าเริงเบิกบานใจบ้างไหม  
ได้ แต่ละวันก่อนจะนอนหลับ อย่างน้อย  
วันแล้ว มันเศร้าหมอง ชุ่มมัวมามาก  
อน ให้มันยึดกับตัวเองได้ก็ยังดี ยึดในใจ  
เรึง แม้แต่จะนอนก็ยังปรุงแต่งจิตใจ

นอน พอล้มตัวลงไป ก็วางตัวให้สบาย  
ล่อยเท้า บอกกับตัวเองว่า สบาย และ

ทำใจให้รู้สึกสบายอย่างที่ว่านั้น ทำใจอย่างนี้ให้เป็น  
การนำตัวเอง จิตใจของคนเรานี้มันทำตัวเองได้ พอ  
เรานอนแล้วเราก็บอกตัวเองว่าสบาย แล้วก็ทำใจให้  
สงบสบายจริง ๆ บางคนไม่เคยนึกไม่เคยรู้สึกอย่างนี้  
ใจไม่มีเวลาพักเลย ร่างกายก็เหมือนกันไม่ได้มีเวลาพัก  
แต่ถึงกายจะพักใจก็ไม่พักอีก คิดวนวายนุ่นง่าน อย่างที่  
คนโบราณว่า กลางคืนเป็นคว้น กลางวันเป็นเปลว  
หมายความว่า ร้อนรุ่มตลอดเวลา

ฉะนั้น จึงต้องมีวิธีการ อย่างน้อยพอพักผ่อน  
กายแล้วก็ให้ใจได้พักด้วย บอกตัวเองว่าสบาย แล้วก็  
ทำใจให้ผ่อนคลายโปร่งเบา ให้ร่าเริงเบิกบาน ให้มี  
ความสุข

ถ้าเกิดนอนไม่หลับ ก็อย่าไปทุกข์มัน บางคน  
นอนไม่หลับแล้วยังไปซ้ำเติมตัวเองอีก นอนไม่หลับ  
อย่างเดียวก็นอนอยู่แล้ว ยังไปทุกข์กระวนกระวายเพราะ  
ความไม่หลับอีก โอ้ย ทำไมเราจึงไม่หลับสักที กลุ่มใจ  
กังวลใจ ก็นอนทรมานเป็นทุกข์อยู่อย่างนั้น พอถึง  
ตอนเช้าก็หิว ๆ โหงเหว่ง จะเป็นลมเอา

ที่นี่ เอาใหม่ ถ้านอนไม่หลับ ก็ไม่เป็นไร ช่างมัน



มีเทคนิคที่จะแก้ไขดังหลายอย่าง ลองอย่างพระท่าน  
บอกว่าให้กำหนดลมหายใจ นับลมหายใจ หายใจเข้า  
ยาว ๆ หายใจออกยาว ๆ สัก ๕๐ ครั้ง บางคน  
นับไม่ทันครบหροก กลับไปเมื่อไรไม่รู้ ก็ขอให้ลองนับ  
ลมหายใจดู

ที่นี้บางคนนับแล้วก็ไม่หลับ มีเหมือนกัน ๕๐ ครั้ง  
ก็ไม่หลับ ๑๐๐ ครั้งก็ไม่หลับ ไม่ต้องเป็นห่วง จะบอก  
ให้อีกคาถาหนึ่งว่าหลับก็ช่าง ไม่หลับก็ช่าง ภาวนาเลย  
หายใจเข้าหลับก็ช่าง หายใจออกไม่หลับก็ช่าง ทำใจ  
ให้สบาย มันไม่หลับทั้งคืนก็ช่างมัน จันไม่แคร์ พอทำ  
อย่างนี้แล้วถึงเช้าก็ไม่เห็นค่อยเพลียเลย

อาตมาเคยป่วยแล้วนอนไม่หลับ ความเจ็บป่วย  
มันก่อทวน ก็ทำอย่างที่ว่านี้แหละ บอกในใจว่า หลับ  
ก็ช่าง ไม่หลับก็ช่าง เหมือนจังหวัดระยอง ก็ได้ผล ถึง  
จะไม่หลับก็ไม่ค่อยเพลีย แต่คนที่ไม่หลับแล้วใจว่าวุ่น  
เป็นห่วงตัวเอง กังวลกับความไม่หลับนี้ พอถึงเช้าก็  
เพลียแทบแย่เลย

ฉะนั้น ไม่ต้องกลัว ถึงมันจะไม่หลับก็ช่างมัน  
เราได้พักใจของเราไปพอสมควรแล้ว พักใจเถอะ ถึง

กายไม่พักก็ให้ใจมันพัก หลับก็ช่างไม่  
พักสบายเลย พอใจพักแล้วกายก็พัก  
แม้ว่าจะไม่เต็มที่อยู่หลับ ก็สบายไป  
แหละเป็นวิธีการต่าง ๆ

ตกลงว่า ถ้าทำอย่างนี้แล้ว  
ไม่สูญเสียเปล่า ได้กำไรเรื่อยไป เท  
คาถาของพระพุทธเจ้าไปใช้ คาถา  
แน่นอน ท่านว่า

อโมหํ ทิวสํ กยิรา อปุเป

เวลาแต่ละวันอย่าให้ผ่านไปเปล่า  
ต้องให้ได้อะไรบ้าง

ที่นี้ สำหรับคนที่มีความเพียร  
พระพุทธเจ้าทรงบอกคาถาไว้ให้สั้นกว่า  
ยังยาวไป คราวนี้คาถาก็สั้นเข้าไป  
ท่านว่า

ชโย โว มา อุปจุจคา

แปลว่า เวลาแต่ละขณะอย่าให้

ขตั้งหลายอย่าง ลองอย่างพระท่าน  
ลมหายใจ นับลมหายใจ หายใจเข้า  
ออกยาว ๆ ลึก ๕๐ ครั้ง บางคน  
ก็หลับไปเมื่อไรไม่รู้ ก็ขอให้ลองนับ

นับแล้วก็ไม่หลับ มีเหมือนกัน ๕๐ ครั้ง  
จริงก็ไม่หลับ ไม่ต้องเป็นห่วง จะบอก  
ว่าหลับก็ช่าง ไม่หลับก็ช่าง ภาวนาเลย  
ช่าง หายใจออกไม่หลับก็ช่าง ทำใจ  
หลับทั้งคืนก็ช่างมัน ฉันไม่แคร์ พอทำ  
าก็ไม่เห็นค่อยเพลียเลย

จยป่วยแล้วนอนไม่หลับ ความเจ็บป่วย  
อย่างที่ว่านี้แหละ บอกในใจว่า หลับ  
ช่าง เหมือนจิ้งหรีดไฟ ก็ได้ผล ถึง  
จะเพลีย แต่คนที่ไม่หลับแล้วใจว่าวุ่น  
กังวลกับความไม่หลับนี้ พอถึงเช้าก็

ไม่ต้องกลัว ถึงมันจะไม่หลับก็ช่างมัน  
เราไปพอสสมควรแล้ว พักใจเถอะ ถึง

กายไม่พักก็ให้ใจมันพัก หลับก็ช่างไม่หลับก็ช่าง นี่ใจ  
พักสบายเลย พอใจพักแล้วกายก็พลอยได้พักไปด้วย  
แม้ว่าจะไม่เต็มท้อย่างหลับ ก็สบายไปไม่น้อยเลย นี่  
แหละเป็นวิธีการต่าง ๆ

ตกลงว่า ถ้าทำอย่างนี้แล้ว ได้ทุกวัน ชีวิตนี้  
ไม่สูญเสียเปล่า ได้กำไรเรื่อยไป เพราะฉะนั้น เอา  
คาถาของพระพุทธเจ้าไปใช้ คาถานี้ชะงัดศักดิ์สิทธิ์  
แน่นอน ท่านว่า

อโมหํ ทิวสํ กยิรา อปฺเปณ พหุเกณ วา

เวลาแต่ละวันอย่าให้ผ่านไปเปล่า ไม่มากก็น้อย  
ต้องให้ได้อะไรบ้าง

ทีนี้ สำหรับคนที่มีความเพียร ขยันมากยิ่งขึ้นกว่านี้  
พระพุทธเจ้าทรงบอกคาถาไว้ให้สั้นกว่านี้อีก เมื่อก็  
ยังยาวไป คราวนี้คาถาก็สั้นเข้าไป เวลาที่สั้นลงอีก  
ท่านว่า

ขโณ โว มา อฺปฺจุจคา

แปลว่า เวลาแต่ละขณะอย่าให้ล่วงไปเปล่า

นี่สำหรับผู้ปฏิบัติธรรม ท่านให้เพียรพยายามขนาดนี้ แม้กระทั่งแต่ละขณะก็อย่าให้ผ่านไปเสีย ถ้าแปลตามตัวอักษรก็ว่า เวลาแต่ละขณะอย่าล่วงท่านไปเสีย อย่างล่งนี้หมายความว่า อย่าให้ข้ามตัวเราไป โดยเราไม่ได้ทำอะไร

นี่ก็เป็นคติต่าง ๆ ซึ่งอาตมาคิดว่าจะเป็นผลดี เป็นประโยชน์ในการทำงาน และในการดำเนินชีวิตของทุก ๆ ท่านทุก ๆ คน ก็ขอนำมาเล่าสู่กันฟัง เป็นข้อคิดในทางธรรม

วันนี้อาตมาได้ใช้เวลาของที่ประชุมไปมากแล้ว คิดว่าพอสมควรแก่เวลา ก็ขออนุโมทนาแก่คุณโยมผู้เป็นประธานกรรมการ และท่านกรรมการอำนวยการ พร้อมทั้งคุณโยมโสภณ และคุณชาญวิทย์ เป็นต้น รวมทั้งพนักงานของบริษัททุก ๆ ท่านที่ได้ต้อนรับ

เราได้มาพบกันในบรรยากาศของความยิ้มแย้มแจ่มใส ซึ่งเป็นส่วนช่วยทำให้มีความสุข ก็ขอให้ความสุขเกิดขึ้นในใจของทุกท่าน แล้วคงอยู่ยั่งยืนและพัฒนาเพิ่มพูนยิ่ง ๆ ขึ้นไป

ในโอกาสนี้ อาตมา คณะพระต่อทุกท่านด้วย ขออาราธนาคุณพระรัตนตรัย รตนตยานุภาเวน รตนตุดาณภาพคุณพระรัตนตรัย พร้อมทั้งบุและเมตตาไมตรีธรรมที่เกิดขึ้นในจิตใจเป็นปัจจัยอันมีกำลังอภิบาลรักษาให้ด้วยจตุรพิธพรชัย ประสพสรรพสิริสวัสดิ์เจริญอกงาม ร่มเย็นเป็นสุข ในพระธรรมสัมพุทธเจ้า โดยทั่วกันทุกท่าน ตลอด

ผู้ปฏิบัติธรรม ท่านให้เพียรพยายาม  
ตั้งแต่ละเชณก็อย่าให้ผ่านไปเสีย ถ้า  
รก็ว่า เวลาแต่ละขณะอย่าล่องท่าน  
นี้หมายความว่า อย่าให้ข้ามตัวเราไป  
อะไร

ดิต่าง ๆ ซึ่งอาตมาคิดว่าจะเป็นผลดี  
การทำงาน และในการดำเนินชีวิตของ  
ๆ คน ก็ขอนำมาเล่าสู่กันฟัง เป็น  
ม

มาได้ใช้เวลาของที่ประชุมไปมากแล้ว  
แก่เวลา ก็ขออนุโมทนาแก่คุณโยม  
รรมการ และท่านกรรมการอำนวยการ  
งโสภณ และคุณชาญวิทย์ เป็นต้น  
ของบริษัททุก ๆ ท่านที่ได้ต้อนรับ

พบกันในบรรยากาศของความยิ้มแย้ม  
ส่วนช่วยทำให้มีความสุข ก็ขอให้ความ  
องทุกท่าน แล้วคงอยู่ยั่งยืนและพัฒนา  
นไป

ในโอกาสนี้ อาตมา คณะพระสงฆ์ ก็ขอตั้งใจดี  
ต่อทุกท่านด้วย ขออาราธนาคุณพระรัตนตรัย อวยชัย  
ให้พร รตนตตยานุภาเวน รตนตตยเตชสา ด้วย  
เดชานุภาพคุณพระรัตนตรัย พร้อมทั้งบุญกุศล มีศรัทธา  
และเมตตาไมตรีธรรมที่เกิดขึ้นในจิตใจของทุกท่านนี้  
จงเป็นปัจจัยอันมีกำลังอภิบาลรักษาให้ทุกท่าน เจริญ  
ด้วยจตุรพิธพรชัย ประสบสรรพสิริสวัสดิพัฒนามงคล  
เจริญอกงาม ร่มเย็นเป็นสุข ในพระธรรมของพระสัมมา  
สัมพุทธเจ้า โดยทั่วกันทุกท่าน ตลอดกาลนาน เทอญ

# ธรรมบุญชีวิต

บทนำ

คนเต็มคน



## ๑. คนสมบูรณ์แบบ (สมาชิกที่ดีของมนุษยชาติ)



คนสมบูรณ์แบบ หรือมนุษย์โดยสมบูรณ์ ซึ่งถือ  
ได้ว่าเป็นสมาชิกที่ดีมีคุณค่าอย่างแท้จริงของมนุษยชาติ  
มีธรรมหรือคุณสมบัติ ดังต่อไปนี้

๑. ธัมมัญญตา รู้หลักและรู้จักเหตุ คือ  
รู้หลักการและกฎเกณฑ์ของสิ่งทั้งหลาย ที่ตนเข้าไป  
เกี่ยวข้องในการดำเนินชีวิต ในการปฏิบัติกิจหน้าที่และ  
ดำเนินกิจการต่าง ๆ รู้เข้าใจสิ่งที่ตนจะต้องประพฤติ  
ปฏิบัติ ตามเหตุผล เช่น รู้ว่า ตำแหน่ง ฐานะ อาชีพ  
การทำงานของตน มีหน้าที่และความรับผิดชอบอย่างไร

มีอะไรเป็นหลักการ จะต้องทำอะไรอยู่  
เหตุให้บรรลุถึงผลสำเร็จที่เป็นไปตามห  
รับผิดชอบนั้น ๆ ดังนี้ เป็นต้น ตลอดจน  
เท่าทันกฎธรรมดาหรือหลักความจริง  
เพื่อปฏิบัติต่อโลกและชีวิตอย่างถูกต้อง  
อิสระ ไม่ตกเป็นทาสของโลกและชีวิตนี้

๒. อัตถัญญตา รู้ความมุ่งหมาย  
คือรู้ความหมาย และความมุ่งหมายของ  
ปฏิบัติ เข้าใจวัตถุประสงค์ของกิจการที่  
หลักการนั้น ๆ มีความมุ่งหมายอย่างไร  
อย่างนั้น ๆ ดำเนินชีวิตอย่างนั้น เพื่อปร  
อะไร หรือควรจะได้บรรลุถึงผลอะไร  
ตำแหน่ง ฐานะการทำงานอย่างนั้น ๆ  
กันไว้ เพื่อความมุ่งหมายอะไร กิจ  
ขณะนี้ เมื่อทำไปแล้วจะบังเกิดผลอะไร  
หรือผลเสียอย่างไร ดังนี้ เป็นต้น ตลอดจน  
คือ รู้ความหมายของคติธรรมดา และ  
สาระของชีวิต

# ธรรมบุญชีวิต

บทนำ

คนเต็มคน

## ๑. คนสมบูรณ์แบบ

เกจิกที่ดีของมนุษยชาติ)

❖❖❖❖❖

รูปแบบ หรือมนุษย์โดยสมบูรณ์ ซึ่งถือ  
าที่ดีมีคุณค่าอย่างแท้จริงของมนุษยชาติ  
สมบัติ ดังต่อไปนี้

มัณญตา รู้หลักและรู้จักเหตุ คือ  
กฎเกณฑ์ของสิ่งทั้งหลาย ที่ตนเข้าไป  
ดำเนินชีวิต ในการปฏิบัติกิจหน้าที่และ  
าง ๆ รู้เข้าใจสิ่งที่ตนจะต้องประพฤติ  
ุผล เช่น รู้ว่า ตำแหน่ง ฐานะ อาชีพ  
มีหน้าที่และความรับผิดชอบอย่างไร

มีอะไรเป็นหลักการ จะต้องทำอะไรอย่างไร จึงจะเป็น  
เหตุให้บรรลุถึงผลสำเร็จที่เป็นไปตามหน้าที่และความ  
รับผิดชอบนั้นๆ ดังนี้ เป็นต้น ตลอดจนถึงขั้นสูงสุดคือรู้  
เท่าทันกฎธรรมดาหรือหลักความจริงของธรรมชาติ  
เพื่อปฏิบัติต่อโลกและชีวิตอย่างถูกต้อง มีจิตใจเป็น  
อิสระ ไม่ตกเป็นทาสของโลกและชีวิตนั้น

## ๒. อุตถัญญตา รู้ความมุ่งหมายและรู้จักผล

คือรู้ความหมาย และความมุ่งหมายของหลักการที่ตน  
ปฏิบัติ เข้าใจวัตถุประสงค์ของกิจการที่ตนกระทำ รู้ว่า  
หลักการนั้นๆ มีความมุ่งหมายอย่างไร รู้ว่าที่ตนทำอยู่  
อย่างนั้นๆ ดำเนินชีวิตอย่างนั้น เพื่อประสงค์ประโยชน์  
อะไร หรือควรจะได้บรรลุถึงผลอะไร ที่ให้มีหน้าที่  
ตำแหน่ง ฐานะการงานอย่างนั้นๆ เขากำหนดวาง  
กันไว้ เพื่อความมุ่งหมายอะไร กิจการที่ตนทำอยู่  
ขณะนี้ เมื่อทำไปแล้วจะบังเกิดผลอะไรบ้าง เป็นผลดี  
หรือผลเสียอย่างไร ดังนี้ เป็นต้น ตลอดจนถึงขั้นสูงสุด  
คือ รู้ความหมายของคติธรรมดา และประโยชน์ที่เป็น  
สาระของชีวิต

๓. อัตตัญญูตา รู้จักตน คือ รู้ตามเป็นจริง ว่าตัวเรานั้นว่าโดยฐานะ ภาวะ เพศ กำลัง ความรู้ ความถนัด ความสามารถ และคุณธรรม เป็นต้น บัดนี้เท่าไรอย่างไร แล้วประพฤติดิปฏิบัติให้เหมาะสม และรู้จักแก้ไขปรับปรุง ส่งเสริม ทำการต่าง ๆ ให้สอดคล้องถูกต้อง ตรงทางที่จะให้เจริญงอกงามบังเกิดผลดี

๔. มัตตัญญูตา รู้จักประมาณ คือ รู้จักพอดี เช่น รู้จักประมาณในการบริโภค รู้จักประมาณในการใช้จ่ายทรัพย์ รู้จักความพอเหมาะพอดี ในการพูด การปฏิบัติกิจและทำการต่าง ๆ ตลอดจนการพักผ่อน หลับนอนและการสนุกสนานรื่นเริงต่าง ๆ

๕. กาลัญญูตา รู้จักกาล คือ รู้กาลเวลา อันเหมาะสม และระยะที่พึงใช้ในการประกอบกิจกรรมทำหน้าที่การทำงาน ปฏิบัติการต่าง ๆ และเกี่ยวข้องกับผู้อื่น เช่น รู้ว่า เวลาไหน ควรทำอะไร และทำให้ตรงเวลา ให้เป็นเวลา ให้ทันเวลา ให้พอเวลา ให้เหมาะสมเวลา ให้ถูกเวลา เป็นต้น

๖. ปริสัณญูตา รู้จักชุมชน คือ ที่ชุมนุม และชุมชน รู้การอันควรประพฤติ ที่ชุมนุม และต่อชุมชนนั้นว่า ชุมชนควรต้องทำกิจอย่างนี้ ควรต้องพูดมีระเบียบวินัยอย่างนี้ มีวัฒนธรรมประเพณีความต้องการอย่างนี้ ควรเกี่ยวข้องกับ ควรรับใช้ ควรบำเพ็ญประโยชน์ให้อย่า

๗. ปุคคลัญญูตา รู้จักบุคคล เข้าใจความแตกต่างแห่งบุคคลว่า โดยความสามารถ และคุณธรรมเป็นต้น ใคร ๆ อย่างไร และรู้จักที่จะปฏิบัติต่อบุคคลอื่น ควรจะคบหรือไม่ ได้คดีอะไร จะสัมพันธ์จะยกย่อง จะตำหนิหรือจะแนะนำสั่งสอน จะได้ผลดี ดังนี้ เป็นต้น

ธรรม ๗ ข้อนี้ เรียกว่า สัปปริสธรรมของสัปปริสชน คือคนดี หรือคนคุณสมบัติของความเป็นคนที่สมบูรณ์

(อภ. สตตก. ๒)

ปัญญา รู้จักตน คือ รู้ตามเป็นจริง  
โดยฐานะ ภาวะ เพศ กำลัง ความรู้  
สามารถ และคุณธรรม เป็นต้น บัดนี้  
แล้วประพฤติปฏิบัติให้เหมาะสม และ  
ปรุง ส่งเสริม ทำการต่าง ๆ ให้  
ตรงทางที่จะให้เจริญงอกงามบังเกิด

ปัญญา รู้จักประมาณ คือ รู้จักพอดี  
ในการบริโภค รู้จักประมาณในการ  
รู้จักความพอเหมาะพอดี ในการพูด  
และการต่าง ๆ ตลอดจนการพักผ่อน  
การสนุกสนานรื่นเริงต่าง ๆ

ปัญญา รู้จักกาล คือ รู้กาลเวลา  
และระยะที่พึงใช้ในการประกอบกิจ  
งาน ปฏิบัติการต่าง ๆ และเกี่ยวข้อง  
รู้ว่า เวลาไหน ควรทำอะไร และ  
ให้เป็นเวลา ให้ทันเวลา ให้พอเวลา  
ให้ถูกเวลา เป็นต้น

๖. ปริสัญญูตา รู้จักชุมชน คือ รู้จักถิ่น รู้จัก  
ที่ชุมนุม และชุมชน รู้การอันควรประพฤติปฏิบัติในถิ่น  
ที่ชุมนุม และต่อชุมชนนั้นว่า ชุมชนนี้เมื่อเข้าไปหา  
ควรต้องทำกิจอย่างนี้ ควรต้องพูดอย่างนี้ ชุมชนนี้  
มีระเบียบวินัยอย่างนี้ มีวัฒนธรรมประเพณีอย่างนี้ มี  
ความต้องการอย่างนี้ ควรเกี่ยวข้อง ควรต้องสงเคราะห์  
ควรรับใช้ ควรบำเพ็ญประโยชน์ให้อย่างนี้ ๆ เป็นต้น

๗. ปุคคลัญญูตา รู้จักบุคคล คือ รู้จักและ  
เข้าใจความแตกต่างแห่งบุคคลว่า โดยอัธยาศัย ความ  
สามารถ และคุณธรรม เป็นต้น ใคร ๆ ยิงหรือหย่อน  
อย่างไร และรู้จักที่จะปฏิบัติต่อบุคคลอื่น ๆ ด้วยดีว่า  
ควรจะคบหรือไม่ ได้คิดอะไร จะสัมพันธ์เกี่ยวข้อง จะใช้  
จะยกย่อง จะตำหนิหรือจะแนะนำสั่งสอนอย่างไร จึง  
จะได้ผลดี ดังนี้ เป็นต้น

ธรรม ๗ ข้อนี้ เรียกว่า สัปปริสธรรม แปลว่า  
ธรรมของสัปปริสชน คือคนดี หรือคนที่แท้ ซึ่งมี  
คุณสมบัติของความเป็นคนที่สมบูรณ์

(อช. สดตก. ๒๓/๖๕/๑๑๕)



๒. คนมีศีลธรรม  
(สมาชิกในหมู่อารยชน)



คนมีศีลธรรม หรือมีมนุษยธรรม ที่เรียกได้ว่าเป็นอารยชน มีธรรม คือ คุณสมบัติ ดังนี้

ก. มีสุจริตทั้งสาม คือ มีความประพฤติดีประพฤติชอบ

๓ ประการ

๑. กายสุจริต ความสุจริตทางกาย ทำสิ่งที่ดีงามถูกต้อง ประพฤติ ชอบด้วยกาย

๒. วาสุจริต ความสุจริตทางวาจา พูดสิ่งที่ดีงามถูกต้อง ประพฤติ ชอบด้วยวาจา

๓. มโนสุจริต ความสุจริตทางใจ คิดสิ่งที่ดีงามถูกต้อง ประพฤติ ชอบด้วยใจ

(ที่. ปา. ๑๑/๒๒๘/๒๒๙)

ข. ประพฤติตามอารยธรรม โดยปฏิบัติถูกต้องตามทางแห่งกุศลกรรม ๑๐ ประการ คือ

- ทางกาย ๓

๑. ละเว้นการฆ่า การสังหาร เบียดเบียน; มีเมตตากรุณา ช่วยเหลือกัน

๒. ละเว้นการแย่งชิงลักขโมย เอาเปรียบ; เคารพสิทธิในทรัพย์สินของ

๓. ละเว้นการประพฤติดีของรักของหวงแหนของผู้อื่น ไม่ข่มเหง ลบลู่เกียรติและวงศ์ตระกูลของกัน

- ทางวาจา ๔

๔. ละเว้นการพูดเท็จ โฟกล่าวแต่คำสัตย์ ไม่จงใจพูดให้ผิดจากเห็นแก่ผลประโยชน์ใดๆ

๕. ละเว้นการพูดส่อเสียด ยุแฉกแยก; พูดแต่คำที่สมานและส่งเสริม

๖. ละเว้นการพูดคำหยาบคายเสียหาย; พูดแต่คำสุภาพ นุ่มนวลคว

๗. ละเว้นการพูดเหลวไหลแต่คำจริง มีเหตุผล มีสารประโยชน์

## ๒. คนมีศีลธรรม สมาชิกในหมู่อารยชน)



ธรรม หรือมีมนุษยธรรม ที่เรียกได้ว่า  
ธรรม คือ คุณสมบัติ ดังนี้

งาม คือ มีความประพฤติดีประพฤติชอบ  
ร

สุจริต ความสุจริตทางกาย ทำสิ่งที่  
ประพฤติ ชอบด้วยกาย

สุจริต ความสุจริตทางวาจา พูดสิ่งที่  
ประพฤติ ชอบด้วยวาจา

สุจริต ความสุจริตทางใจ คิดสิ่งที่  
ประพฤติ ชอบด้วยใจ

(ที. ปา. ๑๑/๒๒๘/๒๒๙)

ามอารยธรรม โดยปฏิบัติถูกต้องตาม  
กรรม ๑๐ ประการ คือ

### - ทางกาย ๓

๑. ละเว้นการฆ่า การสังหาร การบีบคั้น  
เบียดเบียน; มีเมตตากรุณา ช่วยเหลือเกื้อกูลสงเคราะห์  
กัน

๒. ละเว้นการแย่งชิงลักขโมย และการเอาผิด  
เอาเปรียบ; เคารพสิทธิในทรัพย์สินของกันและกัน

๓. ละเว้นการประพฤติดีดโกงละเมิดใน  
ของรักของหวงแหนของผู้อื่น ไม่ข่มเหงจิตใจ ทำลาย  
ลบหลู่เกียรติและวงศ์ตระกูลของกัน

### - ทางวาจา ๔

๔. ละเว้นการพูดเท็จ โกหกหลอกลวง;  
กล่าวแต่คำสัตย์ ไม่จงใจพูดให้ผิดจากความจริงเพราะ  
เห็นแก่ผลประโยชน์ใด ๆ

๕. ละเว้นการพูดส่อเสียด ยุยง สร้างความ  
แตกแยก; พูดแต่คำที่สมานและส่งเสริมสามัคคี

๖. ละเว้นการพูดคำหยาบคาย สกปรก  
เสียหาย; พูดแต่คำสุภาพ นุ่มนวลควรฟัง

๗. ละเว้นการพูดเหลวไหลเพ้อเจ้อ; พูด  
แต่คำจริง มีเหตุผล มีสารประโยชน์ ถูกกาลเทศะ

## - ทางใจ ๓

๘. ไม่ละโมภ ไม่เพ่งเล็งคิดหาทางเอาแต่  
จะได้; คิดให้ คิดเสียสละ ทำใจให้แผ่แผ่กว้างขวาง

๙. ไม่คิดร้ายมุ่งเบียดเบียน หรือเพ่งมอง  
ในแง่ที่จะทำลาย; ตั้งความปรารถนาดี แผ่ไมตรี มุ่งให้  
เกิดประโยชน์สุขแก่กัน

๑๐. มีความเห็นถูกต้อง เป็นสัมมาทิฐิ  
เข้าใจในหลักกรรมว่า ทำดีมีผลดี ทำชั่วมีผลชั่ว รู้  
เท่าทันความจริงที่เป็นธรรมดาของโลกและชีวิต มอง  
เห็นความเป็นไปตามเหตุปัจจัย

ธรรม ๑๐ ข้อนี้ เรียกว่า กุศลกรรมบถ  
(ทางทำกรรมดี) บ้าง ธรรมจริยา บ้าง อารยธรรม  
บ้าง เป็นรายละเอียดขยายความสุจริต ๓ ข้อ  
ข้างต้นด้วย คือ ข้อ ๑-๓ เป็น กายสุจริต ข้อ ๔-๗  
เป็น วาจาสุจริต ข้อ ๘-๑๐ เป็น มโนสุจริต

ม.ม.๑๒/๔๘๕/๕๒๓

ค. อย่างต่ำมีศีล ๕ หลักความประพฤติ ๑๐ ข้อต้น  
นั้น เป็นธรรมจริยา และเป็นอารยธรรมที่ครบถ้วน

สมบูรณ์ ทำคนให้เจริญขึ้นพร้อมทั้ง  
วาจา และทางใจ แต่ผู้ใดยังไม่มั่นคง  
ทำนองสอนว่าผู้หนึ่งพึงควบคุมตนให้ได้  
วาก่อนเป็นอย่างน้อย ด้วยกา  
หลัก ศีล ๕ ที่เป็นส่วนเบื้องต้นของ  
ประการนั้น ก็ยังจะได้ชื่อว่าเป็นคน

๑. เว้นจากปาณาติบาต ละ  
สังหาร ไม่ประทุษร้ายต่อชีวิตและร่าง

๒. เว้นจากอทินนาทาน ละ  
เบียดบังแย่งชิง ไม่ประทุษร้ายต่อทรัพย์

๓. เว้นจากกาเมสุมิฉฉาจาร  
ประพฤตินิโคตในกาม ไม่ประทุษร้าย  
หวนหวน อันเป็นการทำลายเกียรติ  
ตลอดจนทำวงศ์ตระกูลของเขาให้สับสน

๔. เว้นจากมุสาวาท ละเว้น  
หลอกลวง ประทุษร้าย เขา หรือประ  
ด้วยวาจา

๕. เว้นจากสุราเมรัย ไม่เสพ  
มีนเมาสิ่งเสพติด อันเป็นเหตุให้เกิด

จ ๓

ไม่ละโมภ ไม่เพ่งเล็งคิดหาทางเอาแต่  
จัดเสียสละ ทำใจให้เพื่อแผ่กว้างขวาง  
ไม่คิดร้ายมุ่งเบียดเบียน หรือเพ่งมอง  
; ตั้งความปรารถนาดี แผ่ไมตรี มุ่งให้  
แก่กัน

มีความเห็นถูกต้อง เป็นสัมมาทิฐิ  
รู้ว่า ทำดีมีผลดี ทำชั่วมีผลชั่ว รู้  
ที่เป็นธรรมดาของโลกและชีวิต มอง  
ตามเหตุปัจจัย

๖๐ ข้อนี้ เรียกว่า กุศลกรรมบถ  
บ้าง ธรรมจริยา บ้าง อารยธรรม  
ละเอียดขยายความสุจริต ๓ ข้อ  
ข้อ ๑-๓ เป็น กายสุจริต ข้อ ๔-๗  
ข้อ ๘-๑๐ เป็น มโนสุจริต

ม.ม. ๑๒/๔๘๕/๕๒๓

จ ๕ หลักความประพฤติ ๑๐ ข้อต้น  
มจริยา และเป็นอารยธรรมที่ครบถ้วน

สมบูรณ์ ทำคนให้เจริญขึ้นพร้อมทั้ง ทางกาย ทาง  
วาจา และทางใจ แต่ผู้ใดยังไม่มั่นคงในอารยธรรม  
ท่านสอนว่าผู้นั้นพึงควบคุมตนให้ได้ในทางกายและ  
วาก่อนเป็นอย่างน้อย ด้วยการประพฤติดตาม  
หลัก คีล ๕ ที่เป็นส่วนเบื้องต้นของธรรมจริยา ๑๐  
ประการนั้น ก็ยังจะได้ชื่อว่าเป็นคนมีศีลธรรม คือ

๑. เว้นจากปาณาติบาต ละเว้นการฆ่าการ  
สังหาร ไม่ประทุษร้ายต่อชีวิตและร่างกาย

๒. เว้นจากอทินนาทาน ละเว้นการลักขโมย  
เบียดบังแย่งชิง ไม่ประทุษร้ายต่อทรัพย์สิน

๓. เว้นจากกาเมสุมิฉฉาจาร ละเว้นการ  
ประพฤติดินในกาม ไม่ประทุษร้ายต่อของรักของ  
หวงแหน อันเป็นการทำลายเกียรติภูมิและจิตใจ  
ตลอดจนทำวงศ์ตระกูลของเขาให้สับสน

๔. เว้นจากมุสาวาท ละเว้นการพูดเท็จโกหก  
หลอกลวง ประทุษร้าย เขา หรือประโยชน์สุขของเขา  
ด้วยวาจา

๕. เว้นจากสุราเมรัย ไม่เสพเครื่องดองของ  
มึนเมาสิ่งเสพติด อันเป็นเหตุให้เกิดความประมาท

มัวเมา ก่อความเสียหายผิดพลาดเพราะขาดสติ

(อช. ปญจก. ๒๒/ ๑๗๒/ ๒๒๗)

### ๓. คนมีคุณแก่ส่วนรวม (สมาชิกที่ดีของสังคม)



สมาชิกที่ดีผู้ช่วยสร้างสรรค์สังคม มีธรรม คือ  
หลักความประพฤติ ดังนี้

ก. มีพรหมวิหาร คือ ธรรมประจำใจของผู้ประเสริฐ  
หรือผู้มีจิตใจยิ่งใหญ่กว้างขวางดุจพระพรหม ๔  
อย่างต่อไปนี้

๑. เมตตา ความรัก คือ ความปรารถนาดี  
มีไมตรี ต้องการช่วยเหลือให้ทุกคนประสบประโยชน์  
และความสุข

๒. กรุณา ความสงสาร คือ อยากช่วยเหลือ  
ผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์ ใฝ่ใจที่จะปลดปล่อยบำบัด  
ความทุกข์ยากเดือดร้อนของคนและสัตว์ทั้งปวง

๓. มุทิตา ความเบิกบานพล  
ผู้อื่นอยู่ดีมีสุข ก็มีใจแช่มชื่นเบิกบาน เมื่อ  
ความสำเร็จ ของงานยิ่งขึ้นไป ก็พล  
ด้วย

๔. อุเบกขา ความมีใจเป็นกลาง  
เป็นจริง โดยวางจิตเรียบสม่ำเสมอ มี  
ดุจดั่งชั่ง มองเห็นการที่บุคคลจะได้  
สมควรแก่เหตุที่ตนประกอบ พร้อมทั้งจะ  
และปฏิบัติไปตามความเที่ยงธรรม

(ที.ม. ๑๐/

เมื่อมีคุณธรรมภายในเป็นพื้น  
แล้ว พึงแสดงออกภายนอก ตามหลัก  
ต่อไปนี้

\* กรณีสำคัญอีกอย่างที่ใช้อุเบกขา คือ  
ดูแล เป็นอยู่ดี ต่างชวนช่วยในกิจการหน้าที่ของต  
คอยดูโดยสงบ ไม่เข้าชี้จู้จี้ไม่ก้าวท้าวแทรกแซง  
ข้อหนึ่งว่า อุเบกขานั้น เหมือนดังนายสารถิเม  
สนิท ก็นั่งคุมสงบนิ่งคอยดูเฉยอยู่ โดยนัยนี้  
ของอุเบกขาอย่างคลุมความว่า ความรู้จักวางที่  
รับผิดชอบตนเองได้ หรือในเมื่อเขาควรต้อง  
ความรับผิดชอบของตนเอง

มเสียหายนีผลาดเพราะขาดสติ

ว. ปลูก. ๒๒/ ๑๗๒/ ๒๒๗)

คนมีคุณแก่ส่วนรวม  
สมาชิกที่ดีของสังคม)  
❖❖❖❖❖

ได้ผู้ช่วยสร้างสรรค์สังคม มีธรรม คือ  
ฤติ ดังนี้

เร คือ ธรรมประจำใจของผู้ประเสริฐ  
ยิ่งใหญ่กว่ากว้างขวางดุจพระพรหม ๔  
ได้

ตา ความรัก คือ ความปรารถนาดี  
การช่วยเหลือให้ทุกคนประสบประโยชน์

นา ความสงสาร คือ อยากช่วยเหลือ  
ความทุกข์ ใฝ่ใจที่จะปลดเปลื้องบำบัด  
คือร้อนของคนและสัตว์ทั้งปวง

๓. มุทิตา ความเบิกบานพลอยยินดี เมื่อเห็น  
ผู้อื่นอยู่ดีมีสุข ก็มีใจแช่มชื่นเบิกบาน เมื่อเห็นเขาประสบ  
ความสำเร็จ งอกงามยิ่งขึ้นไป ก็พลอยยินดีบันเทิงใจ  
ด้วย

๔. อุเบกขา ความมีใจเป็นกลาง คือ มองตาม  
เป็นจริง โดยวางจิตเรียบสม่ำเสมอ มั่นคง เทียบตรง  
ดุจดาวชั่ง มองเห็นการที่บุคคลจะได้รับผลดีหรือชั่ว  
สมควรแก่เหตุที่ตนประกอบ พร้อมทั้งจะวินิจฉัย วางตน  
และปฏิบัติไปตามความเที่ยงธรรม

(ที.ม. ๑๐/ ๑๘๔/ ๒๒๕)

เมื่อมีคุณธรรมภายในเป็นพื้นฐานจิตใจเช่นนี้  
แล้ว พึงแสดงออกภายนอก ตามหลักความประพฤติ  
ต่อไปนี้

\* กรณีสำคัญอีกอย่างที่ใช้อุเบกขา คือ เมื่อเห็นคนที่ตน  
ดูแล เป็นอยู่ดี ต่างชวนขายในกิจการที่ของตน ก็รู้จักวางที่เฉย  
คอยดูโดยสงบ ไม่เข้าชี้แจงไม่ก้าวก่ายแทรกแซง ท่านแสดงอุปมา  
ข้อหนึ่งว่า อุเบกขานั้น เหมือนดังนายสารถีเมื่อม้าวังถูกทางเรียบ  
สนิท ก็นั่งคุมสงบนิ่งคอยดูเฉยอยู่ โดยนัยนี้ จึงแสดงความหมาย  
ของอุเบกขาอย่างคลุมความว่า ความรู้จักวางที่เฉยดู เมื่อเห็นเขา  
รับผิดชอบตนเองได้ หรือในเมื่อเขาควรต้องได้รับผลสมควรแก่  
ความรับผิดชอบของตนเอง

ข. บำเพ็ญการสงเคราะห์ คือ ปฏิบัติตามหลักการ  
สงเคราะห์หรือธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวใจคน และ  
ประสานหมู่ชนไว้ในสามัคคี ที่เรียกว่า สังคหวัตถุ  
๔ อย่าง ดังต่อไปนี้

๑. ทาน ให้ปัน คือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เสียสละ  
แบ่งปัน ช่วยเหลือสงเคราะห์ด้วยปัจจัยสี่ ทุนหรือ  
ทรัพย์สินสิ่งของ ตลอดจนให้ความรู้ความเข้าใจ และ  
ศิลปวิทยา

๒. ปิยวาจา พูดอย่างรักกัน คือ กล่าวคำ  
สุภาพ ไพเราะ น่าฟัง ชี้แจง แนะนำสิ่งที่เป็นประโยชน์  
มีเหตุผลเป็นหลักฐาน ชักจูงในทางที่ดีงาม หรือคำ  
แสดงความเห็นอกเห็นใจ ให้กำลังใจ รู้จักพูดให้เกิด  
ความเข้าใจดี สามานสามัคคี เกิดไมตรี ทำให้รักใคร่  
นับถือและช่วยเหลือเกื้อกูลกัน

๓. อัตถจริยา ทำประโยชน์แก่เขา คือ  
ช่วยเหลือด้วยแรงกาย และชวนช่วยช่วยเหลือกิจการ  
ต่าง ๆ บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ รวมทั้งช่วยแก้ไข  
ปัญหาและช่วยปรับปรุงส่งเสริมในด้านจริยธรรม

๔. สามานัตตตา เอาตัวเข้าส  
ให้เข้ากับเขาได้ วางตนเสมอต้นเสมอ  
เสมอภาค ปฏิบัติสม่ำเสมอทันต่อค  
เอาเปรียบและเสมอในสุขทุกข์ คือ ร  
ร่วมรับรู้ ร่วมแก้ไขปัญหา เพื่อให้  
ร่วมกัน

พูดสั้น ๆ ว่า : ช่วยด้วย  
ความรู้; ช่วยด้วยถ้อยคำ; ช่วยด้วยก  
ด้วยการร่วมเผชิญและแก้ปัญหา

(ที. ปา. ๑

๔. คนผู้เป็นส่วนร่วมที่ดีขอ  
(สมาชิกที่ดีของชุมชน  
❖❖❖❖❖

คนผู้เป็นส่วนร่วมที่ดีของหมู่ชน  
หมู่ชนอยู่ร่วมกันด้วยดี มีธรรม คือ หลัก  
ดังนี้

งเคราะห์ คือ ปฏิบัติตามหลักการ  
หรือธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวใจคน และ  
นไว้ในสามัคคี ที่เรียกว่า สังคหวัตถุ  
ดังต่อไปนี้

ให้ปัน คือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เสียสละ  
หรือสงเคราะห์ด้วยปัจจัยสี่ ทุนหรือ  
ตลอดจนให้ความรู้ความเข้าใจ และ

มาจา พุดอย่างรักกัน คือ กล่าวคำ  
นำฟัง ชี้แจง แนะนำสิ่งที่เป็นประโยชน์  
กฐาน ชักจูงในทางที่ดีงาม หรือคำ  
อกเห็นใจ ให้กำลังใจ รู้จักพูดให้เกิด  
สมานสามัคคี เกิดไมตรี ทำให้รักใคร่  
หรือเกื้อกูลกัน

ถจริยา ทำประโยชน์แก่เขา คือ  
ร่างกาย และชวนช่วยช่วยเหลือกิจการ  
สาธารณะประโยชน์ รวมทั้งช่วยแก้ไข  
ปรับปรุงส่งเสริมในด้านจริยธรรม

๔. สมานัตตตา เอาตัวเข้าสมาน คือทำตัว  
ให้เข้ากับเขาได้ วางตนเสมอต้นเสมอปลาย ให้ความ  
เสมอภาค ปฏิบัติสม่ำเสมอทั้งต่อคนทั้งหลาย ไม่  
เอาเปรียบและเสมอในสุขทุกข์ คือ ร่วมสุข ร่วมทุกข์  
ร่วมรับรู้ ร่วมแก้ไขปัญหา เพื่อให้เกิดประโยชน์สุข  
ร่วมกัน

พูดสั้น ๆ ว่า : ช่วยด้วยทุนด้วยของหรือ  
ความรู้; ช่วยด้วยถ้อยคำ; ช่วยด้วยกำลังงาน; ช่วย  
ด้วยการร่วมเผชิญและแก้ปัญหา

(ที. ปา. ๑๑/๑๔๐/๑๖๗)

#### ๔. คนผู้เป็นส่วนร่วมที่ดีของชุมชน (สมาชิกที่ดีของชุมชน)

❖❖❖❖❖

คนผู้เป็นส่วนร่วมที่ดีของชุมชน ซึ่งจะช่วยให้  
ชุมชนอยู่ร่วมกันด้วยดี มีธรรม คือ หลักความประพฤติ  
ดังนี้



ก. ฟุ้งตนเองได้ คือ ทำตนให้เป็นที่พักของตนได้ พร้อมทั้งจะรับผิดชอบตนเอง ไม่ทำตัวให้เป็นปัญหา หรือเป็นภาระถ่วงหมู่คณะ หรือหมู่ญาติ ด้วยการประพฤติธรรม สำหรับสร้างที่พักแก่ตนเอง (เรียกว่า นาทกรณธรรม) ๑๐ ประการ คือ

๑. ศีล ประพฤติดีมีวินัย คือ ดำเนินชีวิต โดยสุจริตทั้งทางกาย ทางวาจา มีวินัย และประกอบสัมมาชีพ

๒. พาหุสัจจะ ได้ศึกษาศดับมาก คือ ศึกษาเล่าเรียนสดับตรับฟังมาก อันใดเป็นสายวิชาของตน หรือตนศึกษาศิลปวิทยาใด ก็ศึกษาให้ชำของ มีความเข้าใจกว้างขวางลึกซึ้ง รู้ชัดเจนและใช้ได้จริง

๓. กัลยาณมิตตตา รู้จักคบคนดี คือ มีกัลยาณมิตร รู้จักเลือกเสวนา เข้าหาที่ปรึกษาหรือผู้แนะนำสั่งสอนที่ดี เลือกสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับและถือเยี่ยงอย่างสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่ดี ซึ่งจะช่วยให้ชีวิตเจริญงอกงาม

๔. โสวจิตตตา เป็นคนที่พูดกันง่าย คือ ไม่ถือรั้นกระด้าง รู้จักรับฟังเหตุผลและข้อเท็จจริง

พร้อมที่จะแก้ไขปรับปรุงตน

๕. กิงกรณียะสุ ทักขตา ขวน คือเอาใจใส่ช่วยเหลือธุระและกิจการคณะ ญาติ เพื่อนพ้องและของชุมชน ไตร่ตรองหาวิธีดำเนินการที่เหมาะสม ทำสำเร็จเรียบร้อยด้วยดี

๖. ธรรมกามตา เป็นผู้ใคร่ธรรม ชอบศึกษา ค้นคว้า สอบถามหาความรู้จักพูด รู้จักรับฟัง สร้างความรู้สึกลึกซึ้งชวนให้ผู้อื่นอยากเข้ามาปรึกษาและร่วม

๗. วิริยารัมภะ มีความเพียรขม้นเพียรพยายามหลัก ละความขี้ขลาดขี้กลัว ก้าวหน้าไม่ย่อท้อ ไม่ละเลยทอด

๘. สันตุฏฐี มีสันโดษรู้พอดี คือ แต่ในลาภผล ผลงานและผลสำเร็จต่าง หรือแสวงหามาได้ด้วยเรี่ยวแรงความเพียรของตนเองโดยทางชอบธรรม และไม่ความสุขทางวัตถุ

๙. สติ มีสติคงมั่น คือ รู้จัก

้ คือ ทำตนให้เป็นที่พักของตนได้  
ผิดชอบตนเอง ไม่ทำตัวให้เป็นปัญหา  
แก่ผู้อื่น หน้าที่ หรือหมู่ญาติ ด้วยการ  
ม สำหรับสร้างที่พักแก่ตนเอง (เรียกว่า  
รม) ๑๐ ประการ คือ

ประพฤติดีมีวินัย คือ ดำเนินชีวิต  
กาย ทางวาจา มีวินัย และประกอบ

สัจจะ ได้ศึกษาศาสตร์มาก คือ ศึกษา  
เบ่งพียงมาก อันใดเป็นสายวิชาของตน  
เปรี๊ยะหาได้ ก็ศึกษาให้เข้าของ มีความ  
ลึกซึ้ง รู้ชัดเจนและใช้ได้จริง

กณมิตตตา รู้จักคบคนดี คือ มี  
รู้จักเลือกเสวนา เข้าหาที่ปรึกษาหรือ  
ที่ดี เลือกสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับและถือ  
ดล่อมทางสังคมที่ดี ซึ่งจะทำให้ชีวิต

จัสสตา เป็นคนที่พูดกันง่าย คือ  
ง รู้จักรับฟังเหตุผลและข้อเท็จจริง

พร้อมที่จะแก้ไขปรับปรุงตน

๕. กิกรณียะสุ ทักขตา ขวนขวายกิจของหมู่  
คือเอาใจใส่ช่วยเหลือธุระและกิจการของชนร่วมหมู่  
คณะ ญาติ เพื่อนพ้องและของชุมชน รู้จักใช้ปัญญา  
ไตร่ตรองหาวิธีดำเนินการที่เหมาะสม ทำได้ จัดได้ ให้  
สำเร็จเรียบร้อยด้วยดี

๖. ธรรมกามตา เป็นผู้ใฝ่ธรรม คือรักธรรม  
ชอบศึกษา ค้นคว้า สอบถามหาความรู้หาความจริง  
รู้จักพูด รู้จักรับฟัง สร้างความรู้สึกละเมตตาสนทนา  
ชวนให้ผู้อื่นอยากเข้ามาปรึกษาและร่วมสนทนา

๗. วิริยารัมภะ มีความเพียรขยัน คือ ขยัน  
หมั่นเพียรพยายามหลีกเลี่ยงความชั่ว ประกอบความดี  
บากบั่น ก้าวหน้าไม่ย่อท้อ ไม่ละเลยทอดทิ้งธุระหน้าที่

๘. สันตุฏฐี มีสันโดษรู้พอดี คือ ยินดี พึงพอใจ  
แต่ในลาภผล ผลงานและผลสำเร็จต่าง ๆ ที่ตนสร้าง  
หรือแสวงหามาได้ด้วยเรี่ยวแรงความเพียร พยายาม  
ของตนเองโดยทางชอบธรรม และไม่มัวเมาเห็นแก่  
ความสุขทางวัตถุ

๙. สติ มีสติคงมั่น คือ รู้จักกำหนดจดจำ

ระลึกการที่ทำ คำที่พูด กิจที่ทำแล้ว และที่จะต้อง  
ทำต่อไปได้ จะทำอะไรก็รอบคอบ รู้จักยับยั้งชั่งใจ  
ไม่ผลิผลลาม ไม่เลินเล่อ ไม่เลื่อนลอย ไม่ประมาท  
ไม่ยอมถลำลงในทางผิดพลาด ไม่ปล่อยปละละเลย  
ทั้งโอกาสสำหรับความดีงาม

๑๐. ปัญญา มีปัญญาเหนืออารมณ์ คือ มี  
ปัญญาหยั่งรู้เหตุผล รู้ดีรู้ชั่ว คุณโทษ ประโยชน์มิใช่  
'ประโยชน์' มองสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้จัก  
พิจารณาวินิจฉัยด้วยใจเป็นอิสระ ทำการต่าง ๆ ด้วย  
ความคิดและมีวิจารณ์ญาณ

(ที.ปา. ๑๑/๓๕๗/๒๘๑)

ข. อยู่ร่วมในหมู่ด้วยดี ในด้านความสัมพันธ์กับ  
ผู้อื่นที่เป็นเพื่อนร่วมงานร่วมกิจการ หรือ ร่วม  
ชุมชน ตลอดจนพี่น้องร่วมครอบครัว พึงปฏิบัติ  
ตามหลักการอยู่ร่วมกันที่เรียกว่า สาราณียธรรม  
(ธรรมเป็นเหตุให้ระลึกถึงกัน) ๖ ประการ คือ

๑. เมตตาการุณกรรม ทำต่อกันด้วยเมตตา  
คือ แสดงไมตรีและความหวังดีต่อเพื่อนร่วมงาน ร่วม

กิจการ ร่วมชุมชน ด้วยการช่วยเหลือ  
โดยเต็มใจ แสดงอาการกิริยาสุภาพ เค  
ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

๒. เมตตาวิจิตรกรรม พุดต่อกันด้  
ช่วยบอกแจ้งสิ่งที่เป็นประโยชน์ สั้งสอ  
ตักเตือนกันด้วยความหวังดี กล่าววาจา  
ความเคารพนับถือกัน ทั้งต่อหน้าและลั

๓. เมตตาโมกกรรม คิดต่อ  
คือ ตั้งจิตปรารถนาดี คิดทำสิ่งที่เป็นป  
มองกันในแง่ดีมีหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสต่อ

๔. สาธารณโภคี ได้มาแบ่งกั  
แบ่งปันลาภผลที่ได้มาโดย ขอบธรรม  
เล็กน้อยก็แจกจ่ายให้ได้มีส่วนร่วมใช้สอย

๕. สีลสามัญญตา ประพฤติใ  
คือ มีความประพฤติสุจริตดีงาม รักษา  
ส่วนรวม ไม่ทำตนให้เป็นที่น่ารังเกียจ  
แก่หมู่คณะ

๖. ทิฐิสามัญญตา ปรึบควา  
คือ เคารพรับฟังความคิดเห็นกัน มี

คำที่พูด กิจที่ทำแล้ว และที่จะต้อง  
ทำอะไรก็รอบคอบ รู้จักยับยั้งชั่งใจ  
ไม่เล่นเลื้อ ไม่เล่นลอย ไม่ประมาท  
นทางผิดพลาด ไม่ปล่อยปละละเลย  
ความดีงาม

บุญญา มีปัญญาเหนืออารมณ์ คือ มี  
เหตุผล รู้ดีรู้ชั่ว คุณโทษ ประโยชน์มิใช่  
สิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้จัก  
ยับยั้งใจเป็นอิสระ ทำการต่าง ๆ ด้วย  
พิจารณาญาณ

(๕๗/๒๘๑)

หมู่ด้วยดี ในด้านความสัมพันธ์กับ  
เพื่อนร่วมงานร่วมกิจการ หรือ ร่วม  
อดทนพี่น้องร่วมครอบครัว พึงปฏิบัติ  
อยู่ร่วมกันที่เรียกว่า สาราณียธรรม  
หตุให้ระลึกถึงกัน) ๖ ประการ คือ  
เมตตากรรม ทำต่อกันด้วยเมตตา  
รู้และความหวังดีต่อเพื่อนร่วมงาน ร่วม

กิจการ ร่วมชุมชน ด้วยการช่วยเหลือกิจธุระต่าง ๆ  
โดยเต็มใจ แสดงอาการกิริยาสุภาพ เคารพนับถือกัน  
ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

๒. เมตตาวิกรรม พูดต่อกันด้วยเมตตา คือ  
ช่วยบอกแจ้งสิ่งที่เป็นประโยชน์ สั่งสอนหรือแนะนำ  
ตักเตือนกันด้วยความหวังดี กล่าววาจาสุภาพ แสดง  
ความเคารพนับถือกัน ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

๓. เมตตาโนกรรม คิดต่อกันด้วยเมตตา  
คือ ตั้งจิตปรารถนาดี คิดทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กัน  
มองเห็นในแง่ดีมีหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสต่อกัน

๔. สาธารณโภคี ได้มาแบ่งกันกินใช้ คือ  
แบ่งปันลาภผลที่ได้มาโดย ชอบธรรม แม้เป็นของ  
เล็กน้อยก็แจกจ่ายให้ได้มีส่วนร่วมใช้สอยบริโภคทั่วกัน

๕. สีสสามัญญตา ประพฤติให้ดีเหมือนเขา  
คือ มีความประพฤติสุจริตดีงาม รักษาระเบียบวินัยของ  
ส่วนรวม ไม่ทำตนให้เป็นที่น่ารังเกียจ หรือเสื่อมเสีย  
แก่หมู่คณะ

๖. ทิฐุสามัญญตา ปรบความเห็นเข้ากันได้  
คือ เคารพรับฟังความคิดเห็นกัน มีความเห็นชอบ

ร่วมกัน ตกลงกันได้ในหลักการสำคัญ ยึดถืออุดมคติหลักแห่งความดีงามหรือจุดหมายสูงสุดอันเดียวกัน

(ท. ปา. ๑๑/๓๑๗/๒๕๗)

## ๕. คนมีส่วนร่วมในการปกครองที่ดี (สมาชิกที่ดีของรัฐ)



สมาชิกของรัฐผู้มีส่วนร่วมให้เกิดการปกครองที่ดี โดยเฉพาะคนในสังคมประชาธิปไตย พึงรู้หลักและปฏิบัติดังนี้

ก. รู้หลักอธิปไตย คือ รู้หลักความเป็นใหญ่ที่เรียกว่าอธิปไตย ๓ ประการดังนี้

๑. อัตตาธิปไตย ถือตนเป็นใหญ่ คือ ถือเอาตนเอง ฐานะศักดิ์ศรี เกียรติภูมิ ของตนเป็นใหญ่ กระทำการด้วยปรารถนาและสิ่งที่เนื่องด้วยตนเป็นประมาณ ในฝ่ายกุศล ได้แก่ เว้นชั่วทำดีด้วยเคารพตน

๒. โลกาธิปไตย ถือโลกเป็นใหญ่ คือ ถือความนิยมของชาวโลกเป็นใหญ่ หวั่นไหวไปตามเสียง

นินทาและสรรเสริญ กระทำการด้วยหมู่ชน หาความนิยมหรือหวั่นกลัวเสียประมาณ ในฝ่ายกุศล ได้แก่ เว้นชั่วทำดีเสียหมู่ชน

๓. ธรรมาธิปไตย ถือธรรมเป็นหลักการความจริง ความถูกต้อง ความเป็นใหญ่ กระทำการด้วยปรารถนาที่ได้คิดตามข้อเท็จจริง และความคิดเห็นกว้างขวางแจ่มชัด และพิจารณาอย่างดีแห่งสติปัญญา จะมองเห็นได้ด้วยความเป็นไปโดยชอบธรรม และเพื่อความดีอย่างสามัญ ได้แก่ ทำการด้วยความเมตตา ระเบียบ กติกา

เมื่อรู้อย่างนี้แล้ว ถ้าต้องการรู้ประชาธิปไตย พึงถือหลักข้อ ๓ คือ

(ท.ปา.๑๑)

ข. มีส่วนในการปกครอง โดยปฏิบัติร่วมรับผิดชอบที่จะช่วยป้องกันความ

กันได้ในหลักการสำคัญ ยึดถืออุดมคติ  
ดีงามหรือจุดหมายสูงสุดอันเดียวกัน

(ที. ปา. ๑๑/๓๑๗/๒๕๗)

มีส่วนร่วมในการปกครองที่ดี  
(สมาชิกที่ดีของรัฐ)

❖❖❖❖❖

ของรัฐผู้มีส่วนร่วมให้เกิดการปกครอง  
ระคนในสังคมประชาธิปไตย พึงรู้หลัก

ไทย คือ รู้หลักความเป็นใหญ่ที่เรียกว่า  
๓ ประการดังนี้

๑. ชาติไทย ถือตนเป็นใหญ่ คือ ถือเอา  
ระศักดิ์ศรี เกียรติภูมิ ของตนเป็นใหญ่  
ด้วยปราชญ์และสิ่งที่เนื่องด้วยตนเป็น  
ฝ่ายกุศล ได้แก่ เว้นชั่วทำดีด้วยเคารพตน  
๒. ชาติไทย ถือโลกเป็นใหญ่ คือ ถือ  
งชาวโลกเป็นใหญ่ หวั่นไหวไปตามเสียง

นินทาและสรรเสริญ กระทำการด้วยปรารภจะเอาใจ  
หมู่ชน หาความนิยมหรือหวั่นกลัวเสียงกล่าวว่าเป็น  
ประมาณ ในฝ่ายกุศล ได้แก่ เว้นชั่วทำดี ด้วยเคารพ  
เสียงหมู่ชน

๓. ธรรมาธิปไตย ถือธรรมเป็นใหญ่ คือ ถือ  
หลักการความจริง ความถูกต้อง ความดีงาม เหตุผล  
เป็นใหญ่ กระทำการด้วยปรารภสิ่งที่ได้ศึกษา ตรวจสอบ  
ตามข้อเท็จจริง และความคิดเห็นที่รับฟังอย่าง  
กว้างขวางแจ้งชัด และพิจารณาอย่างดีที่สุด เต็มขีด  
แห่งสติปัญญา จะมองเห็นได้ด้วยความรู้ที่เข้าใจว่า  
เป็นไปโดยชอบธรรม และเพื่อความดีงามเป็นประมาณ  
อย่างสามัญ ได้แก่ ทำการด้วยความเคารพหลักการ  
กฎ ระเบียบ กติกา

เมื่อรู้อย่างนี้แล้ว ถ้าต้องการรับผิดชอบต่อรัฐ  
ประชาธิปไตย พึงถือหลักข้อ ๓ คือ ธรรมาธิปไตย  
(ที.ปา.๑๑ /๒๒๘/๒๓๑)

ข. มีส่วนในการปกครอง โดยปฏิบัติตามหลักการ  
ร่วมรับผิดชอบที่จะช่วยป้องกันความเสื่อม นำไป

สู่ความเจริญรุ่งเรืองโดยส่วนเดียว ที่เรียกว่า  
**อภิธานิยธรรม ๗ ประการ คือ**

๑. หมั่นประชุมกันเนื่องนิตย์ พบปะปรึกษา  
 หรือกิจการงาน (ที่พึงรับผิดชอบตามระดับของตน)  
 โดยสม่ำเสมอ

๒. พร้อมเพรียงกันประชุม พร้อมเพรียงกันเลิก  
 ประชุม พร้อมเพรียงกันทำกิจทั้งหลายที่พึงทำร่วมกัน

๓. ไม่ถืออำเภอใจใครต่อความสะดวก บัญญัติ  
 วางข้อกำหนดกฎเกณฑ์ต่าง ๆ อันมิได้ตกลงบัญญัติ  
 วางไว้ และไม่เหยียบย่ำล้มล้างสิ่งที่ตกลงวางบัญญัติ  
 กันไว้แล้ว ถือปฏิบัติมันอยู่ในบทบัญญัติใหญ่ที่วางไว้  
 เป็นธรรมนุญ

๔. ท่านผู้ใดเป็นผู้ใหญ่มีประสบการณ์ยาวนาน  
 ให้เกียรติเคารพนับถือ ท่านเหล่านั้นมองเห็นความ  
 สำคัญแห่งถ้อยคำของท่านว่าเป็นสิ่งอันพึงรับฟัง

๕. ให้เกียรติและคุ้มครองกุลสตรี มิให้มีการ  
 ช่มเหรงรังแก

๖. เคารพบูชาสักการะเจดีย์ ปูนียสถาน  
 อนุสาวรีย์ประจำชาติ อันเป็นเครื่องเตือนความทรงจำ

เราให้ทำดี และเป็นที่รวมใจของหมู่ชน  
 เคารพบูชาอันพึงทำต่ออนุสรณ์สถาน  
 ประเพณี

๗. จัดการให้ความอารักขา บ  
 อันชอบธรรมแก่บรรพชิต ท่านผู้ท  
 บริสุทธิ์ซึ่งเป็นหลักใจและเป็นตัวอย่างท  
 ประชาชน เต็มใจต้อนรับและหวังให้ท  
 (ท.ม. ๑๐/

นอกจากนี้ พึงประพฤติตนเป็น  
 และหัวหน้าครอบครัวที่ดี ตามหลัก  
 ที่ ๑๑ ว่าด้วยคนครองเรือนที่เลิศล้ำ โด  
 ครองตนเป็นพลเมืองดี

๖. คนผู้นำรัฐ  
 (พระมหากษัตริย์หรือผู้ปกครอง)  
 ❖❖❖❖❖

ท่านผู้เป็นใหญ่ในแผ่นดิน ผู้นำ  
 รัฐตั้งต้นแต่พระเจ้าจักรพรรดิ พระ

ญ่รุ่งเรืองโดยส่วนเดียว ที่เรียกว่า  
ธรรม ๗ ประการ คือ  
ประชุมกันเนื่องนิตย์ พบปะปรึกษา  
น (ที่พึงรับผิดชอบตามระดับของตน)

มเพรียงกันประชุม พร้อมเพรียงกันเล็ก  
เพรียงกันทำกิจทั้งหลายที่พึงทำร่วมกัน  
เื่ออำเภोजิโครต่อความสะดวก บัญญัติ  
ฎเกณฑ์ต่าง ๆ อันมิได้ตกลงบัญญัติ  
มเหยียบย่ำล้มล้างสิ่งที่ตกลงวางบัญญัติ  
ปฏิบัติมั่นอยู่ในบทบัญญัติใหญ่ที่วางไว้

นผู้ใดเป็นผู้ใหญ่มีประสบการณ์ยาวนาน  
พนักถือ ท่านเหล่านั้นมองเห็นความ  
ค่าของท่านว่าเป็นสิ่งอันพึงรับฟัง  
เกียรติและคุ้มครองกุลสตรี มิให้มีการ

รพบุชาลักการะเจตีย์ ปุชนียสถาน  
จำชาติ อันเป็นเครื่องเตือนความทรงจำ

เราให้ทำดี และเป็นที่รวมใจของหมู่ชน ไม่ละเลย พิธี  
เคารพบูชาอันพึงทำต่ออนุสรณ์สถานเหล่านั้น ตาม  
ประเพณี

๗. จัดการให้ความรักษา บำรุง คุ้มครอง  
อันชอบธรรมแก่บรรพชิต ท่านผู้ทรงศีลทรงธรรม  
บริสุทธิ์ซึ่งเป็นหลักใจและเป็นตัวอย่างทางศีลธรรมของ  
ประชาชน เต็มใจต้อนรับและหวังให้ท่านอยู่โดยผาสุก  
(ท.ม. ๑๐/ ๖๘/ ๘๖)

นอกจากนี้ พึงประพุดิตนเป็นผู้ครองเรือน  
และหัวหน้าครอบครัวที่ดี ตามหลักปฏิบัติในหมวด  
ที่ ๑๑ ว่าด้วยคนครองเรือนที่เลิศล้ำ โดยเฉพาะข้อ จ.  
ครองตนเป็นพลเมืองดี

๖. คนผู้นำรัฐ  
(พระมหากษัตริย์หรือผู้ปกครองบ้านเมือง)  
❖❖❖❖❖

ท่านผู้เป็นใหญ่ในแผ่นดิน ผู้นำ และผู้ปกครอง  
รัฐตั้งต้นแต่พระเจ้าจักรพรรดิ พระมหากษัตริย์



ตลอดจนนักปกครองโดยทั่วไป มีหลักธรรมที่เป็น  
คุณสมบัติ และเป็นข้อปฏิบัติดังนี้

ก. ทรงศัพทพิธราชธรรม คือ มีคุณธรรมของ  
ผู้ปกครองหรือ ราชธรรม (ธรรมของพระราชา)  
๑๐ ประการ ดังนี้

๑. ทาน ให้ปันช่วยประชา คือ บำเพ็ญตน  
เป็นผู้ให้โดยมุ่งปกครองหรือทำงานเพื่อให้เขาได้ มิใช่  
เพื่อจะเอาจากเขา เอาใจใส่อำนวยความสะดวก จัดสรร  
ความสงเคราะห์ อนุเคราะห์ ให้ประชาราษฎร์ได้รับ  
ประโยชน์สุข ความสะดวกปลอดภัย ตลอดจนให้ความ  
ช่วยเหลือแก่ผู้เดือดร้อน ประสพทุกข์ และให้ความ  
สนับสนุนแก่คนทำความดี

๒. ศีล รักษาความสุจริต คือ ประพฤติดีงาม  
สำรวมกายและวจีทวาร ประกอบแต่การสุจริต รักษา  
กิตติคุณ ประพฤติให้ควรเป็นตัวอย่าง และเป็น  
ที่เคารพนับถือของประชาราษฎร์ มิให้มีข้อที่ผู้ใดจะ  
ดูแคลน

๓. ปริจาคะ บำเพ็ญกิจด้วยเสียสละ คือ  
สามารถเสียสละความสุขสำราญ เป็นต้น ตลอดจน

ชีวิตของตนได้ เพื่อประโยชน์สุขของประ  
ชาต ความสงบเรียบร้อยของบ้านเมือง

๔. อาชชวะ ปฏิบัติการโดย  
ซื่อตรงทรงสัตย์ไรรามยา ปฏิบัติภารกิจ  
ความจริงใจ ไม่หลอกลวงประชาชน

๕. มัททวะ ทรงความอ่อนโยน  
มีอัธยาศัยไมเยอหยิ่งหยาบคายกระด้างถิ  
ความงามสง่าเกิดแต่ท่วงทีกิริยาสุภาพ  
ละไม ควรได้รับความรักภักดีแต่มีชาติดย

๖. ตปะ พ้นมัวเมาด้วยเผากิเลส  
กิเลส ตัณหา มิให้เข้ามาครอบงำจิต  
ข่มใจได้ ไม่หลงใหลหมกมุ่นในความสำ  
ปรนเปรอ มีความเป็นอยู่สม่ำเสมอหรืออ  
สามัญ มุ่งมั่นแต่จะบำเพ็ญเพียรทำ  
บริบูรณ์

๗. อักโกธะ ถือเหตุผลไมโกร  
เกรี้ยวกราด ไม่วินิจฉัยความและกร  
อำนาจความโกรธ มีเมตตาประจําใจไว้  
เคืองชุ่น วินิจฉัยความและกระทำการด

ปกครองโดยทั่วไป มีหลักธรรมที่เป็น  
เป็นข้อปฏิบัติดังนี้

๑. ราชธรรม คือ มีคุณธรรมของ  
หรือ ราชธรรม (ธรรมของพระราชา)  
ร ดังนี้

๒. ให้ปันช่วยประชา คือ บำเพ็ญตน  
ปกครองหรือทำงานเพื่อให้เขาได้ มิใช่  
เขา เอาใจใส่อำนวยความสะดวก จัดสรร  
ให้ อนุเคราะห์ ให้ประชาราษฎร์ได้รับ  
ความสะดวกปลอดภัย ตลอดจนให้ความ  
ดีต่อร้อน ประสพทุกข์ และให้ความ  
ทำความดี

๓. รักษาความสุจริต คือ ประพฤติดีงาม  
ซื่อสัตย์ ประกอบแต่การสุจริต รักษา  
ประพฤติก่อนเป็นตัวอย่าง และเป็นที  
ของประชาราษฎร์ มิให้มีข้อที่ผู้ใดจะ

๔. วิจารณ์ บำเพ็ญกิจด้วยเสียสละ คือ  
จะความสุขสำราญ เป็นต้น ตลอดจน

ชีวิตของตนได้ เพื่อประโยชน์สุขของประชาชน และ  
ความสงบเรียบร้อยของบ้านเมือง

๕. อาชชวะ ปฏิบัติการโดยซื่อตรง คือ  
ซื่อตรงทรงสัตย์ไว้มารยา ปฏิบัติภารกิจโดยสุจริต มี  
ความจริงใจ ไม่หลอกลวงประชาชน

๖. มัททวะ ทรงความอ่อนโยนเข้าถึงคน คือ  
มีอัธยาศัยไมเย่อหยิ่งหยาบคายกระด้างถือองศ์ มี  
ความงามสง่าเกิดแต่ท่วงทีที่ริยาสุภาพนุ่มนวลละมุน  
ละไม ควรได้รับความรักภักดีแต่มีขาดยำเกรง

๗. ตปะ พันมัวเมาด้วยเผากิเลส คือ แผลเผา  
กิเลส ตัณหา มิให้เข้ามาครอบงำจิต ระวังยับยั้ง  
ข่มใจได้ ไม่หลงใหลหมกมุ่นในความสำราญ และการ  
ปรนเปรอ มีความเป็นอยู่สมำเสมอหรืออยู่อย่างง่าย ๆ  
สามัญ มุ่งมั่นแต่จะบำเพ็ญเพียรทำกิจในหน้าที่ให้  
บริบูรณ์

๘. อักโกธะ ถือเหตุผลไม่โกรธา คือ ไม่  
เกรี้ยวกราด ไม่วินิจฉัยความและกระทำการด้วย  
อำนาจความโกรธ มีเมตตาประจำใจไว้ ระวังความ  
เคืองขุ่น วินิจฉัยความและกระทำการด้วยจิตอันสุขุม

ราบเรียบตามธรรม

๘. อวิหิงสา มือหิงสานำร่มเย็น คือไม่หลง  
ระเริงอำนาจ ไม่บีบคั้นกดขี่ มีความกรุณา ไม่หาเหตุ  
เบียดเบียนลงโทษอาชญาแก่ประชาราษฎร์ผู้ใด ด้วย  
อาศัยความอาฆาตเกลียดชัง

๙. ขันติ ข่านะเข็ญด้วยขันติ คือ อดทน  
ต่องานที่ตรากตรำ อดทนต่อความเหนื่อยยาก ถึงจะ  
ลำบากกายเหนื่อยหน่ายเพียงไร ก็ไม่ท้อถอย ถึงจะ  
ถูกย่ำถูกหยันด้วยถ้อยคำเลียดสีกากกลางอย่างไร ก็  
ไม่หม่นก่ำลึงใจ ไม่ยอมละทิ้งกิจกรณีย์ที่บำเพ็ญโดย  
ชอบธรรม

๑๐. อวิโรธนะ มีปฏิบัติคลาดจากธรรม คือ  
ประพฤติมิให้ผิดจากประศาสนธรรม อันถือประโยชน์สุข  
ความดีงามของรัฐและราษฎรเป็นที่ตั้ง อันใดประชาราษฎร์  
ปรารถนาโดยชอบธรรมก็ไม่ขัดขืน การใดจะเป็นไปโดย  
ชอบธรรม เพื่อประโยชน์สุขของประชาชน ก็ไม่ขัดขวาง  
วางองค์เป็นหลักหนักแน่นในธรรม คงที่ ไม่มีความ  
เอนเอียงหวั่นไหว เพราะถ้อยคำดีร้ายลากลัการะหรือ  
อิฏฐารมณ์อนิฏฐารมณ์ใด ๆ สถิตมั่นในธรรม ทั้งส่วน

ยุติธรรม คือ ความเที่ยงธรรมก็ดี  
ระเบียบแบบแผนหลักการปกครอง ต  
ธรรมนิยมประเพณีอันดีงามก็ดี  
เคลื่อนคลาดวิบัติไป

(ข.ชา. ๒๘/

ข. บำเพ็ญกรณีย์ของจักรพรรดิ คือ  
ของนักปกครองผู้ยิ่งใหญ่ ที่เรียกว่า  
(ธรรมนิยมหรือหน้าที่ประจำของจ  
ประการคือ

๑. ธรรมาธิปไตย คือธรรมเ  
ธรรม เข็ดชูธรรม นิยมธรรม ตั้ง  
ประพฤติธรรมด้วยตนเอง

๒. ธรรมการึกษา ให้ความค  
คือ จัดอำนาจการรักษาคุ่มครองป้องกัน  
ชนทุกหมู่เหล่าในแผ่นดิน คือ คน ภาย  
ฝ่ายทหาร ข้าราชการฝ่ายปกครอง ขาร  
นักวิชาการและคนต่างอาชีพ พ่อค้า เ  
นิคมชนบท และชนชายแดน พระสง

ธรรม

วิหิงสา มีหิงสานำร่มเย็น คือไม่หลง  
ไม่บีบคั้นกดขี่ มีความกรุณา ไม่หาเหตุ  
โทษอาชญาแก่ประชากรราษฎรผู้ใด ด้วย  
มาตเกลียดชัง

โณติ ขำนะเชญด้วยขันติ คือ อดทน  
ตรำ อดทนต่อความเหนื่อยยาก ถึงจะ  
เหนื่อยหน่ายเพียงไร ก็ไม่ทอดทิ้ง ถึงจะ  
ว่ยถ้อยคำเลียดสีกากอย่างใด ก็  
จ ไม่ยอมละทิ้งกิจกรณียที่บำเพ็ญโดย

วิโรธนะ มีปฏิบัติคลาดจากธรรม คือ  
ดจากประศาสนธรรม อันถือประโยชน์สุข  
รัฐและราษฎรเป็นที่ตั้ง อันใดประชากรราษฎร  
ขอบธรรมก็ไม่ขัดขึ้น การใดจะเป็นไปโดย  
ประโยชน์สุขของประชาชน ก็ไม่ขัดขวาง  
ัก หนักแน่นในธรรม คงที่ ไม่มีความ  
หว เพราะถ้อยคำดีร้ายลากลักการะหรือ  
ฐารมณใด ๆ สถิตมั่นในธรรม ทั้งส่วน

ยุติธรรม คือ ความเที่ยงธรรมก็ดี นิติธรรม คือ  
ระเบียบแบบแผนหลักการปกครอง ตลอดจน ขนบ  
ธรรมเนียมประเพณีอันดีงามก็ดี ไม่ประพฤติให้  
เคลื่อนคลาดวิบัติไป

(ขุ.ชา. ๒๙/ ๒๕๐/ ๙๖)

ข. บำเพ็ญกรณียของจักรพรรดิ คือ ปฏิบัติหน้าที่  
ของนักปกครองผู้ยิ่งใหญ่ ที่เรียกว่า จักรวรรดิวัตร  
(ธรรมเนียมหรือหน้าที่ประจำของจักรพรรดิ) ๕  
ประการคือ

๑. ธรรมาธิปไตย ถือธรรมเป็นใหญ่ เคารพ  
ธรรม เปิดชูธรรม นิยมธรรม ตั้งตนอยู่ในธรรม  
ประพฤติธรรมด้วยตนเอง

๒. ธรรมิการักษา ให้ความคุ้มครองโดยธรรม  
คือ จัดอำนาจการรักษาค้ำครองป้องกันอันชอบธรรมแก่  
ชนทุกหมู่เหล่าในแผ่นดิน คือ คน ภายใน ข้าราชการ  
ฝ่ายทหาร ข้าราชการฝ่ายปกครอง ข้าราชการพลเรือน  
นักวิชาการและคนต่างอาชีพ พ่อค้า เกษตรกร ชาว  
นิคมชนบท และชนชายแดน พระสงฆ์และบรรพชิต

ผู้ทรงศีลทรงคุณธรรม ตลอดจน สัตว์เท้าสัตว์ปีก  
อันควรสงวนพันธุ์ทั้งหลาย

๓. มา อธรรมการ ห้ามและกั้นการอันอาธรรม์  
คือ จัดการป้องกัน แก่ไขมิให้มีการกระทำที่ไม่เป็นธรรม  
การเบียดเบียนข่มเหงและความผิดความชั่วร้ายเดือดร้อน  
เกิดขึ้นในบ้านเมือง ชักนำประชาชนให้ตั้งมั่นในสุจริต  
และนิยมธรรม

๔. ธนานุประทาน ปันทรัพย์เฉลี่ยให้แก่ชน  
ผู้ไร้ทรัพย์ มิให้มีคนขัดสนยากไร้ในแผ่นดิน เช่น จัดให้  
ราษฎรทั้งปวงมีทางหาเลี้ยงชีพ ทำมาหากินได้โดยสุจริต

๕. ปริปูจนา สอบถามปรึกษากับพระสงฆ์  
และนักปราชญ์ มีที่ปรึกษาที่ทรงวิชาการทรงคุณธรรม  
ผู้ประพฤติดี ประพฤติชอบ ผู้ไม่ประมาทมิัวเมา ที่จะ  
ช่วยให้เจริญปัญญาและกุศลธรรม หมั่นพบไต่ถามหา  
ความรู้หาความจริงและถกข้อปัญหาต่าง ๆ อยู่โดย  
สม่ำเสมอตามกาลอันควร เพื่อซักซ้อมตรวจสอบตน  
ให้เจริญก้าวหน้า และดำเนินกิจการในทางที่ถูกที่  
ชอบธรรม ดีงาม และเป็นไปเพื่อประโยชน์สุข

(ที.ปว. ๑๑/ ๓๕/ ๖๕)

ค. ประกอบราชสังคหะ คือ ทำนุบำรุง  
ด้วยหลักธรรมที่เรียกว่า ราชสังคหะ  
สงเคราะห์ประชาชนของพระราชา) (

๑. สัสสมะธะ ฉลาดบำรุงธัญ  
ปรีชาสามารถในนโยบายที่จะบำรุงพืชพื  
ส่งเสริมการเกษตรให้อุดมสมบูรณ์

๒. ปุริสเมธะ ฉลาดบำรุงข้า  
ปรีชาสามารถในนโยบายที่จะบำรุงข้าว  
การส่งเสริมคนดีมีความสามารถ และ  
ให้ดีเป็นต้น

๓. สัมมาปาสะ ผูกประสาน/  
ผดุงผสานประชาชนไว้ด้วยนโยบายส่งเสริม  
จัดทุนให้คนยากจนยืมไปสร้างตนในพาถ  
ดำเนินกิจการต่าง ๆ ไม่ให้ฐานะเหล  
จนแตกแยกกัน

๔. วาชไปยะ มีวาตะดูดีมีใจ  
รู้จักชี้แจงแนะนำ รู้จักหักทลายถามไถ่  
ทุกชั้น แม้ปราศรัยก็ไพเราะน่าฟัง ที่  
เหตุผลเป็นหลักฐาน มีประโยชน์ เป็

นธรรม ตลอดจน สัตว์เท้าสัตว์ปีก  
ผู้ทั้งหลาย

อธรรมการ ห้ามและกั้นการอันอาธรรม  
นั้น แก่ไขมิให้มีการกระทำที่ไม่เป็นธรรม  
มเหงและความผิดความชั่วร้ายเดือดร้อน  
เอง ชักนำประชาชนให้ตั้งมั่นในสุจริต

านุประทาน ปันทรัพย์เฉลี่ยให้แก่ชน  
มีคุณสมบัติสมควรในแผ่นดิน เช่น จัดให้  
ทางหาเลี้ยงชีพ ทำมาหากินได้โดยสุจริต  
ปุจฉา สอบถามปรึกษากับพระสงฆ์  
มีที่ปรึกษาที่ทรงวิชาการทรงคุณธรรม  
ระพฤติชอบ ผู้ไม่ประมาทมัวเมา ที่จะ  
ญาและกุศลธรรม หมั่นพบไต่ถามหา  
จริงและถกข้อปัญหาต่าง ๆ อยู่โดย  
าลอันควร เพื่อซักซ้อมตรวจสอบตน  
เ้า และดำเนินกิจการในทางที่ถูกที่  
ม และเป็นไปเพื่อประโยชน์สุข

(ที.ปว. ๑๑/ ๓๕/ ๖๕)

ค. ประกอบราชสังคหะ คือ ทำนุบำรุงประชากรราษฎร์  
ด้วยหลักธรรมที่เรียกว่า ราชสังคหวัตถุ (หลักการ  
สงเคราะห์ประชาชนของพระราชา) ๔ ประการ คือ

๑. สัสสมะระ ฉลาดบำรุงธัญญาหาร คือ  
ปรีชาสามารถในนโยบายที่จะบำรุงพืชพันธุ์ธัญญาหาร  
ส่งเสริมการเกษตรให้อุดมสมบูรณ์

๒. ปรีสมะระ ฉลาดบำรุงข้าราชการ คือ  
ปรีชาสามารถในนโยบายที่จะบำรุงข้าราชการ ด้วย  
การส่งเสริมคนดีมีความสามารถ และจัดสวัสดิการ  
ให้ดีเป็นต้น

๓. สัมมาปาสะ ผูกประสานปวงประชา คือ  
ผดุงผลานประชาชนไว้ด้วยนโยบายส่งเสริมอาชีพ เช่น  
จัดทุนให้คนยากจนยืมไปสร้างตนในพาณิชยกรรม หรือ  
ดำเนินกิจการต่าง ๆ ไม่ให้ฐานะเสื่อมล้ำห่างเหิน  
จนแตกแยกกัน

๔. วาชไปยะ มีวาทาคูดัตม์ใจ คือ รู้จักพูด  
รู้จักชี้แจงแนะนำ รู้จักทักทายถามไต่ทุกข์สุขราษฎร์  
ทุกชั้น แม้ปราศรัยก็ไพเราะน่าฟัง ทั้งประกอบด้วย  
เหตุผลเป็นหลักฐาน มีประโยชน์ เป็นทางแห่งการ

สร้างสรรค์แก้ไขปัญหาสริมความสามัคคี ทำให้เกิด  
ความเข้าใจดี ความเชื่อถือ และความนิยมนับถือ

(ส.ส. ๑๕/ ๓๕๑/ ๑๑๐)

ง. ละเว้นอคติ นักปกครอง เมื่อปฏิบัติหน้าที่ พึงเว้น  
ความลำเอียงหรือความประพฤติที่คลาดเคลื่อนจาก  
ธรรม ๔ ประการ

๑. ฉันทาคติ ลำเอียงเพราะชอบ
๒. โทสาคติ ลำเอียงเพราะชัง
๓. โมหาคติ ลำเอียงเพราะหลงหรือเขลา
๔. ภยาคติ ลำเอียงเพราะขลาดกลัว

(ที.ปา. ๑๑/ ๑๗๖/ ๑๙๖)

๗. คนมีชีวิตอยู่อย่างมั่นใจ  
(ชีวิตที่เลิศล้ำสมบูรณ์)



คนที่มีความมั่นใจในชีวิตของตน จนไม่หวาดหวั่น  
พรันพรึงแม้ต่อความตาย ก็เพราะได้ดำเนินชีวิตของตน

อยู่อย่างดีที่สุด และได้ใช้ชีวิตนั้นให้เกิด  
คุณค่ากับการที่ได้เกิดมาแล้วชาติหนึ่ง เร็ว  
อย่างผู้มีชัย ประสบความสำเร็จในการด  
เช่นนั้นคือ ผู้ที่ได้เข้าถึงจุดหมายแห่งการ  
ดำเนินชีวิตของตนตามหลักการต่อไปนี้

ก. มีฐานที่มั่นคง ซึ่งใช้เป็นที่ยืนหยัด  
เอาผลสำเร็จสูงสุดอันเป็นที่หมายได้  
ความสำคัญตนผิด ไม่เปิดช่องแก่ค  
เสียหาย และไม่เกิดสิ่งมัวหมองหมัก  
ด้วยการปฏิบัติตามหลักธรรมที่เรียกว  
(ธรรมเป็นที่ยืน) ๔ ประการ คือ

๑. ปัญญา ใช้ปัญญา คือ ด  
ปัญญา ทำกิจการต่าง ๆ ด้วยความคิ  
เหตุใด ๆ ก็ไม่วางตามอารมณ์หรือห  
เขี้ยววน ศึกษาสิ่งต่าง ๆ ให้มีความรู้  
เหตุผล เข้าใจภาวะของสิ่งทั้งหลายจนเข้

๒. สัจจะ รักษาสัจจะ คือ  
ดำรงตนมั่นในความจริงที่รู้ชัดเห็นชัดด้วย  
แต่จริงวาจา จริงในหลักการ จริงในการ

ปัญหาเสริมความสามัคคี ทำให้เกิด  
ความเชื่อถือ และความนิยมนับถือ

(ส.ส. ๑๕/ ๓๕๑/ ๑๑๐)

นักปกครอง เมื่อปฏิบัติหน้าที่ พึงเว้น  
ยงหรือความประพฤติที่คลาดเคลื่อนจาก  
ประการ

เทศาภิบาล ลำเอียงเพราะชอบ

เทศาภิบาล ลำเอียงเพราะชัง

เทศาภิบาล ลำเอียงเพราะหลงหรือเขลา

เทศาภิบาล ลำเอียงเพราะขลาดกลัว

(ท.ป.ว. ๑๑/ ๑๗๖/ ๑๙๖)

คนมีชีวิตอยู่อย่างมั่นใจ  
(ชีวิตที่เลิศล้ำสมบูรณ์)

❖❖❖❖❖

ความมั่นใจในชีวิตของตน จนไม่หวาดหวั่น  
ความตาย ก็เพราะได้ดำเนินชีวิตของตน

อยู่อย่างดีที่สุด และได้ใช้ชีวิตนั้นให้เกิดคุณประโยชน์  
คุ้มค่ากับการที่ได้เกิดมาแล้วชาติหนึ่ง เรียกได้ว่าเป็นอยู่  
อย่างผู้มีชัย ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต คน  
เช่นนั้นคือ ผู้ที่ได้เข้าถึงจุดหมายแห่งการมีชีวิต และ  
ดำเนินชีวิตของตนตามหลักการต่อไปนี้

ก. มีฐานที่มั่นคง ซึ่งใช้เป็นที่ยืนหยัดให้สามารถยึด  
เอาผลสำเร็จสูงสุดอันเป็นที่หมายได้ โดยไม่เกิด  
ความสำคัญตนผิด ไม่เปิดช่องแก่ความผิดพลาด  
เสียหาย และไม่เกิดสิ่งมัวหมองหมักหมมทับถมตน  
ด้วยการปฏิบัติตามหลักธรรมที่เรียกว่า อริยฐาน  
(ธรรมเป็นที่ยืน) ๔ ประการ คือ

๑. ปัญญา ใช้ปัญญา คือ ดำเนินชีวิตด้วย  
ปัญญา ทำกิจการต่าง ๆ ด้วยความคิด เมื่อประสบ  
เหตุใด ๆ ก็ไม่วู่วามตามอารมณ์หรือหลงไปตามสิ่งที่  
เข้ายวน ศึกษาสืบค้นต่าง ๆ ให้มีความรู้ชัด หยั่งเห็น  
เหตุผล เข้าใจภาวะของสิ่งทั้งหลายจนเข้าถึงความจริง

๒. สัจจะ รักษาสัจจะ คือ สงวนรักษา  
ดำรงตนมั่นในความจริงที่รู้ชัดเห็นชัดด้วยปัญญา เริ่ม  
แต่จริงวาจา จริงในหลักการ จริงในการปฏิบัติ จนถึง



จริงปรมัตถ์

๓. จาคะ *เพิ่มพูนจาคะ* คือ คอยเสริมหรือทวีความเสียสละ ให้เข้มแข็งมีกำลังแรงยิ่งขึ้นอยู่เสมอ เพื่อป้องกันหรือตัดทอนตนไว้มิให้ตกไปเป็นทาส ของ ลากสักการะและผลสำเร็จเป็นต้นที่ตนได้สร้างขึ้น อัน คอยล่อเร้าเข้ายวน ให้เกิดความยึดติด ลำพอง และ ลุ่มหลงมัวเมา สิ่งใดเคยชินเป็นนิสัยหรือเคยยึดถือไว้ แต่ผิดพลาด ไม่จริง ไม่ถูกต้อง ก็สามารถละได้ทั้งหมด เริ่มแต่สละอามิสจนถึงสละกิเลส

๔. อุปสมะ *รู้จักสงบใจ* คือรู้จักหาความสุขสงบทางจิตใจ ผิดตนให้สามารถระงับความมัวหมองดับความขัดข้องวุ่นวายอันเกิดจากกิเลสได้ ทำจิตใจให้สงบผ่องใสรู้จักรสแห่งสันติ คนที่รู้จักรสแห่งความสุขอันเกิดจากความสงบใจแล้ว ย่อมจะไม่หลงใหลมัวเมาในวัตถุ และ ลาภ ยศ สรรเสริญ เป็นต้น โดยง่าย  
(ม.ญ. ๑๔/ ๖๘๒/ ๔๓๗)

ข. ทรงพลังภายใน คือ มีกำลังที่เกิดจากคุณธรรม ความประพฤติปฏิบัติที่เป็นหลักประกันของชีวิต

ซึ่งทำให้เกิดความมั่นใจในตนเอง  
หวั่นกลัวภัย เรียกว่า พละ (ธรรม  
มี ๔ ประการ กล่าวคือ

๑. ปัญญาพล *กำลังปัญญา*  
มีความรู้ความเข้าใจถูกต้องชัดเจน ใน  
กิจการที่ตนเกี่ยวข้อง ตลอดไปถึงสภาวะ  
ของโลกและชีวิต เป็นผู้กระทำการต่าง  
เข้าใจเหตุผล และสภาพความจริง

๒. วิริยพล *กำลังความเพียร*  
ประกอบกิจการหน้าที่การทำงานต่าง ๆ  
ด้วยความบากบั่นพยายาม ไม่ได้ทอดทิ้ง  
ทอดย

๓. อดทนพล *กำลังสุจริต* หรือ  
บริสุทธิ์ คือมีความประพฤติและหน้าที่ที่  
ไร้โทษ สะอาดบริสุทธิ์ ไม่มีข้อที่ใครจะ

๔. สังคหพล *กำลังการสงเคราะห์*  
ช่วยเหลือเกื้อกูล ทำตนให้เป็นประโยชน์  
เป็นสมาชิกที่มีคุณประโยชน์ของชุมชน

คะ เพิ่มพูนจากคะ คือ คอยเสริมหรือ  
 ละ ให้เข้มแข็งมีกำลังแรงยิ่งขึ้นอยู่เสมอ  
 อดทนตนไว้มิให้ตกไปเป็นทาส ของ  
 ผลสำเร็จเป็นต้นที่ตนได้สร้างขึ้น อัน  
 ยวน ให้เกิดความยึดติด ลำพอง และ  
 สิ่งใดเคยชินเป็นนิสัยหรือเคยยึดถือไว้  
 ไม่จริง ไม่ถูกต้อง ก็สามารถละได้ทั้ง  
 ละอาภิสจนถึงสละกิเลส  
 ๒. สมาะ รู้จักสงบใจ คือรู้จักหาความสุข  
 ผิดคนให้สามารถระงับความมัวหมอง  
 เหว่นวายอันเกิดจากกิเลสได้ ทำจิตใจ  
 จักรสแห่งสันติ คนที่รู้จักรสแห่งความสุข  
 ามสงบใจแล้ว ย่อมจะไม่หลงใหลมัวเมา  
 ลาก ยศ สรรเสริญ เป็นต้น โดยง่าย  
 (ม.อ. ๑๔/ ๖๘๒/ ๔๓๗)

ภายใน คือ มีกำลังที่เกิดจากคุณธรรม  
 พฤติปฏิบัติที่เป็นหลักประกันของชีวิต

ซึ่งทำให้เกิดความมั่นใจในตนเองจนไม่มีความ  
 หวั่นกลัวภัย เรียกว่า พละ (ธรรมอันเป็นกำลัง)  
 มี ๔ ประการ กล่าวคือ

๑. ปัญญาพละ กำลังปัญญา คือ ได้ศึกษา  
 มีความรู้ความเข้าใจถูกต้องชัดเจน ในเรื่องราวและ  
 กิจกรรมที่ตนเกี่ยวข้อง ตลอดไปถึงสภาวะอันเป็นธรรมดา  
 ของโลกและชีวิต เป็นผู้กระทำการต่าง ๆ ด้วยความ  
 เข้าใจเหตุผล และสภาพความจริง

๒. วิริยพละ กำลังความเพียร คือ เป็นผู้  
 ประกอบกิจการหน้าที่การงานต่าง ๆ อยู่ตลอดเวลา  
 ด้วยความบากบั่นพยายาม ไม่ได้ทอดทิ้งหรือย่อหย่อน  
 ท้อถอย

๓. อดวิชชพละ กำลังสุจริต หรือกำลังความ  
 บริสุทธิ์ คือมีความประพฤติและหน้าที่การงาน สุจริต  
 ไร้อิทธิบาท สะอาดบริสุทธิ์ ไม่มีข้อที่ใครจะติเตียนได้

๔. สังคหพละ กำลังการสงเคราะห์ คือ ได้  
 ช่วยเหลือเกื้อกูล ทำตนให้เป็นประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์  
 เป็นสมาชิกที่มีคุณประโยชน์ของชุมชน

ตัวอย่างเช่น เป็นข้าราชการ พึงจำสััน ๆ ว่า  
 ฐานะดี ทำหน้าที่ไม่บกพร่อง มือสะอาด ไม่ขาด  
 มนุษยสัมพันธ์

(อช.นวก. ๒๓/ ๒๐๙/ ๓๗๖)

ค. จุดหมายของชีวิต คือ ดำเนินชีวิตให้บรรลุ  
 ประโยชน์ที่เป็นจุดหมายของการมีชีวิต ที่เรียกว่า  
 อรรถะ ๓ คือ

๑. ทัศนคติที่มีกัตถ์ ประโยชน์ปัจจุบัน หรือ  
 ประโยชน์เกี่ยวกับชีวิตประจำวัน ซึ่งเป็นขั้นต้น คือ  
 ธรรมดาสามัญ ที่มุ่งหมายกันในโลกนี้ มีทรัพย์ ยศ  
 เกียรติ โมตรี ชีวิตคู่ครองที่เป็นสุข เป็นต้น อันเกิด  
 มีขึ้นด้วยกำลังความเพียรสติปัญญาของตนโดยทาง  
 ขอบธรรม และรู้จักปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้น ในทางที่  
 เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขโดยชอบ ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น

๒. สัมปราชัยกัตถ์ ประโยชน์เบื้องหน้า หรือ  
 ประโยชน์ด้านคุณค่าของชีวิต ซึ่งเป็นขั้นลึกล้ำสำหรับ  
 ชีวิตด้านใน เป็นหลักประกันชีวิตอนาคตและภพหน้า  
 คือความเจริญงอกงามแห่งชีวิตจิตใจที่ก้าวหน้าเติบโตใหญ่

ขึ้นด้วยคุณธรรม มีศรัทธา ศีล จาคะ  
 ดำรงตนอยู่ในศีลธรรม ได้ใช้กฎธรรมมี  
 ขอบธรรม เป็นคุณประโยชน์ จนเป็นผู้มี  
 ความดีของตน ถึงเวลาละโลกนี้ไปก็มีใจ  
 ได้ ไม่ห่วงกังวลทรมานทรมานหรือหวาดหวั่น  
 โลกหน้า

๓. ปรมาตถ์ ประโยชน์สูงสุด หรือ  
 เป็นสาระแท้ของชีวิต ซึ่งเป็นจุดหมายขั้นสูง  
 ควรจะเข้าถึง คือ การรู้แจ้งสภาวะของสิ่ง  
 ความเป็นจริง รู้เท่าทันคติธรรมดาของ  
 ไม่ตกเป็นทาสของโลกและชีวิต ไม่ถู  
 อำนาจความยึดติดถือมั่น สามารถทำจิต  
 ปลอดโปร่งผ่องใสสะอาดสว่างและสง  
 ประณีตภายใน เรียกสั้น ๆ ว่านิพพาน  
 และกองทุกข์ได้

อรรถะ ๓ ประการนี้ จัดแบ่งให้  
 ได้ดังนี้

๑. อัตตัตถะ ประโยชน์ตน คือ  
 ฝึกฝนอบรมตนเองดี บรรลุผลแห่งการศึ

เช่น เป็นข้าราชการ พึงจำสั้น ๆ ว่า  
 ฟ้าที่ไม่บกพร่อง มีสะอาด ไม่ขาด

(อช.นวก. ๒๓/ ๒๐๙/ ๓๗๖)

เองชีวิต คือ ดำเนินชีวิตให้บรรลุ  
 ป็นจุดหมายของการมีชีวิต ที่เรียกว่า  
 คือ

ฐธัมมิกัตถ์ ประโยชน์ปัจจุบัน หรือ  
 ะชีวิตประจำวัน ซึ่งเป็นขั้นต้น คือ  
 ที่มุ่งหมายกันในโลกนี้ มีทรัพย์ ยศ  
 ชีวิตคู่ครองที่เป็นสุข เป็นต้น อันเกิด  
 ความเพียรสติปัญญาของตนโดยทาง  
 ละรู้จักปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้น ในทางที่  
 ยชน์สุขโดยชอบ ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น  
 ปรายิกัตถ์ ประโยชน์เบื้องหน้า หรือ  
 ณะค่าของชีวิต ซึ่งเป็นขั้นลึกล้ำสำหรับ  
 ป็นหลักประกันชีวิตอนาคตและภพหน้า  
 อกงามแห่งชีวิตจิตใจที่ก้าวหน้าเติบโตใหญ่

ขึ้นด้วยคุณธรรม มีศรัทธา ศีล จาคะ และปัญญา  
 ดำรงตนอยู่ในศีลธรรม ได้ใช้ทิฐฐธัมมิกัตถะในทางที่  
 ขอบธรรม เป็นคุณประโยชน์ จนเป็นผู้มีความมั่นใจใน  
 ความดีของตน ถึงเวลาละโลกนี้ไปก็มีใจสงบครองสติ  
 ได้ ไม่ห่วงกังวลทรมทรมหรือหวาดหวั่นกลัวภัยแห่ง  
 โลกหน้า

๓. ปรมัตถ์ ประโยชน์สูงสุด หรือประโยชน์ที่  
 เป็นสาระแท้ของชีวิต ซึ่งเป็นจุดหมายขั้นสุดท้าย ที่ชีวิต  
 ควรจะเข้าถึง คือ การรู้แจ้งสภาวะของสิ่งทั้งหลายตาม  
 ความเป็นจริง รู้เท่าทันคติธรรมดาของสังขารธรรม  
 ไม่ตกเป็นทาสของโลกและชีวิต ไม่ถูกบีบคั้นด้วย  
 อำนาจความยึดติดถือมั่น สามารถทำจิตให้เป็นอิสระ  
 ปลอดโปร่งผ่องใสสะอาดสว่างและสงบมีความสุข  
 ประณีตภายใน เรียกสั้น ๆ ว่านิพพาน คือดับกิเลส  
 และกองทุกข์ได้

อรรถะ ๓ ประการนี้ จัดแบ่งใหม่อีกแบบหนึ่ง  
 ได้ดังนี้

๑. อัตตัตถะ ประโยชน์ตน คือ การที่ได้  
 ฝึกฝนอบรมตนเองดี บรรลุผลแห่งการศึกษาที่แท้จริง

ถึงความเจริญงอกงามแห่งสติปัญญาและคุณธรรม  
ต่าง ๆ เช่น สมบูรณ์ด้วยวิชาและจรรยา พึ่งตนเองได้  
ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ทั้งในแง่เศรษฐกิจ สังคม  
และจริยธรรม ตลอดถึงปรมัตถะ

๒. ปรีตละ ประโยชน์ผู้อื่น หรือ ประโยชน์  
ท่าน คือประกอบด้วยเมตตากรุณา และมีความ  
สามารถที่จะทำชีวิตของตนให้เกื้อกูลแก่ผู้อื่น ด้วย  
การช่วยเหลือ ทำตนให้เป็นคุณประโยชน์ เป็นที่พึ่งแก่  
ผู้อื่นได้ ทั้งทางวัตถุและทางจิตใจ

๓. อุภยัตถะ ประโยชน์ร่วมกันทั้งสองฝ่าย  
คือ ประโยชน์ร่วมกันอันเกิดจากสิ่งที่เป็นของกลาง  
ในทางวัตถุ เช่น ถนนหนทาง ในทางนามธรรม เช่น  
ศิลปวิทยาและศีลธรรม ดำเนินชีวิตของตนให้เป็นไป  
เพื่อประโยชน์สุข และมีความดีงามร่วมกัน อย่างน้อย  
ไม่ให้เกิดการแสวงประโยชน์ตนเป็นไปเพื่อกระทบกระเทือน  
เสียหายต่อประโยชน์สุขของส่วนรวม

(พ.จ. ๓๐/ ๗๕๕/ ๓๘๙)

## ๘. คนไม่หลงโลก (ชีวิตที่ไม่ถลำพลาต)

❖❖❖❖❖

บุคคลที่ไม่ประมาณหัวเมาจนต  
โลกและชีวิต อย่างที่เรียกว่า หลงโลก  
เพราะมีสติ รู้จักมอง รู้จักพิจารณา รู้จัก  
ต่อความจริงต่าง ๆ อันมีประจำอยู่กับ  
เป็นคติธรรมดา ดังนี้

ก. รู้ทันโลกธรรม คือ รู้จักพิจารณา รู้  
ให้ถูกต้องต่อสภาวะ อันหมุนเวียน  
อยู่เสมอ ในชีวิตที่อยู่ท่ามกลางโลก  
โลกธรรม (ธรรมดาของโลกหรือคว  
คติธรรมดา ซึ่งหมุนเวียนมาหาชา  
ชาวโลกก็หมุนเวียนตามมันไป) ๘ ๑

ขึ้นชม	ชมขึ้น
๑. ได้ลาภ	๒. เสื่อมลาภ
๓. ได้ยศ	๔. เสื่อมยศ
๕. สรรเสริญ	๖. นินทา
๗. สุข	๘. ทุกข์

มองงามแห่งสติปัญญาและคุณธรรม  
เมื่อบูรณด้วยวิชาและจรรยา พึงตนเองได้  
และจิตใจ ทั้งในแง่เศรษฐกิจ สังคม  
ตลอดถึงปรมัตถะ

ไต่ละ ประโยชน์ผู้อื่น หรือ ประโยชน์  
ประกอบด้วยเมตตากรุณา และมีความ  
เ้าชีวิตของตนให้เกื้อกูลแก่ผู้อื่น ด้วย  
ทำตนให้เป็นคุณประโยชน์ เป็นที่พึ่งแก่  
งวัตถุและทางจิตใจ

ยัตละ ประโยชน์ร่วมกันทั้งสองฝ่าย  
เน่ร่วมกันอันเกิดจากสิ่งที่เป็นของกลาง  
ใน ถนนหนทาง ในทางนามธรรม เช่น  
ศีลธรรม ดำเนินชีวิตของตนให้เป็นไป  
ข และมีความดีงามร่วมกัน อย่างน้อย  
ประโยชน์ตนเป็นไปเพื่อกระทบกระเทือน  
ประโยชน์สุขของส่วนรวม

(ข.จ. ๓๐/ ๗๕๕/ ๓๘๙)

## ๘. คนไม่หลงโลก (ชีวิตที่ไม่ถลำพลาต)

❖❖❖❖❖

บุคคลที่ไม่ประมาทมัวเมาจนตกเป็นทาสของ  
โลกและชีวิต อย่างที่เรียกได้ว่า หลงโลก เมาชีวิต ก็  
เพราะมีสติ รู้จักมอง รู้จักพิจารณา รู้จักวางตัววางใจ  
ต่อความจริงต่าง ๆ อันมีประจำอยู่กับโลกและชีวิต  
เป็นคติธรรมดา ดังนี้

ก. รู้ทันโลกธรรม คือ รู้จักพิจารณา รู้เท่าทัน ตั้งสติ  
ให้ถูกต้องต่อสภาวะ อันหมุนเวียนเปลี่ยนแปลง  
อยู่เสมอ ในชีวิตที่อยู่ท่ามกลางโลก ซึ่งเรียกว่า  
โลกธรรม (ธรรมดาของโลกหรือความเป็นไปตาม  
คติธรรมดา ซึ่งหมุนเวียนมาหาชาวโลก และ  
ชาวโลกก็หมุนเวียนตามมันไป) ๘ ประการ คือ

ขึ้นชม

ชมขึ้น

๑. ได้ลาภ

๒. เสื่อมลาภ

๓. ได้ยศ

๔. เสื่อมยศ

๕. สรรเสริญ

๖. นินทา

๗. สุข

๘. ทุกข์

โลกธรรม ๘ นี้ จัดเป็น ๒ ฝ่าย คือที่  
ชื่นชมน่าปรารถนาน่าชอบใจ คนทั่วไปอยากได้ เรียกว่า  
อิฏฐารมณ์ พวกหนึ่ง ที่ขมขื่น ไม่น่าปรารถนา  
ไม่น่าพอใจ คนทั่วไปเกลียดกลัว เรียกว่า อนิฏฐารมณ์  
พวกหนึ่ง แต่จะชอบใจอยากได้หรือไม่ก็ตาม โลกธรรม  
เหล่านี้ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้แก่ทุกคน ทั้งแก่ปุถุชน ผู้ไม่มี  
การศึกษา และแก่นริยสาวกผู้มีการศึกษา จะแตกต่าง  
กันก็แต่การวางใจและการปฏิบัติตนต่อสิ่งเหล่านี้  
กล่าวคือ

๑. ปุถุชนผู้ไม่มีการศึกษา ไม่รู้จักฝึกอบรมตน  
ย่อมไม่เข้าใจ ไม่รู้เท่าทันตามความเป็นจริง ลุ่มหลง  
ลืมนั่น ยินดียินร้าย คราวได้ก็หลงใหลมัวเมา หรือ  
ลำพองจนเลิกลอย คราวเสียก็หงอยละเหี่ยหมดกำลังใจ  
หรือถึงกับคลุ้มคลั่งไป ปล่อยให้โลกธรรมเข้าครอบงำ  
ย่ำยีจิต พุยุบเรื่อยไป ไม่พ้นจากทุกข์โศก

๒. ส่วนผู้มีการศึกษา เป็นนริยสาวก รู้จัก  
พิจารณารู้เท่าทันตาม ความเป็นจริงว่า สิ่งเหล่านี้  
ไม่ว่าอย่างไรก็ตามที่เกิดขึ้นแก่ตน ล้วนไม่เที่ยง  
ไม่คงทน ไม่สมบูรณ์ มีความแปรปรวนได้เป็นธรรมดา

จึงไม่หลงใหลมัวเมาเคลิ้มไปตามอิฏฐารม  
หม่นหมองคลุ้มคลั่งไปในเพราะอนิฏฐารม  
อยู่ได้ วางตัววางใจพอดี ไม่หลงในสุข  
ท่วมทับ

(อช.อฏฐก. ๒๓/

ข. ไม่มองข้ามเทวทูต คือ รู้จักมอง  
สภาวะที่ปรากฏอยู่เสมอในหมู่มนุษย์  
สัญญาณเตือนใจให้ระลึกถึงคติธรรม  
ที่ไม่ควรลุ่มหลงมัวเมา ซึ่งเรียกว่า  
แจ้งข่าวของยมเทพหรือตัวแทนของ  
อย่าง คือ

๑. เด็กอ่อน ว่าคนเราทุกคน  
เพียงเท่านี้

๒. คนแก่ ว่าทุกคนหากมีชี  
ก็ต้องประสบภาวะเช่นนี้

๓. คนเจ็บ ว่าภาวะเช่นนี้เราทุก  
ได้ด้วยกันทั้งนั้น

๔. คนต้องโทษ ว่ากรรมชั่วนั้น

รม ๙ นี้ จัดเป็น ๒ ฝ่าย คือที่  
 นาน่าชอบใจ คนทั่วไปอยากได้ เรียกว่า  
 พวกหนึ่ง ที่ขมขื่น ไม่น่าปรารถนา  
 ทั่วไปเกลียดกลัว เรียกว่า **อนิฏฐารมณ์**  
 ะชอบใจอยากได้หรือไม่ก็ตาม โลกธรรม  
 ที่เกิดขึ้นได้แก่ทุกคน ทั้งแก่ปุณฺณ ผู้ไม่มี  
 ะแก่อริยสาวกผู้มีการศึกษา จะแตกต่าง  
 ่างใจและการปฏิบัติตนต่อสิ่งเหล่านี้

**อุชนผู้ไม่มีการศึกษา** ไม่รู้จักฝึกรบมตน  
 ไม่รู้เท่าทันตามความเป็นจริง ลุ่มหลง  
 ฝันร้าย คราวได้ก็หลงไหลมัวเมา หรือ  
 งดลอย คราวเสียก็หงอยละเหี่ยหมดกำลัง  
 วมคลั่งไป ปลดปล่อยให้โลกธรรมเข้าครอบงำ  
 แร่ย่อยไป ไม่พ้นจากทุกข์โศก

**วณผู้มีการศึกษา** เป็นอริยสาวก รู้จัก  
 ทันตาม ความเป็นจริงว่า สิ่งเหล่านี้  
 ก็ตามที่เกิดขึ้นแก่ตน ล้วนไม่เที่ยง  
 เมบูรณ์ มีความแปรปรวนได้เป็นธรรมดา

จึงไม่หลงไหลมัวเมาเคลิ้มไปตามอนิฏฐารมณ์ ไม่ขุ่นมัว  
 หม่นหมองคลุ้มคลั่งไปในเพราะอนิฏฐารมณ์ มีสติดำรง  
 อยู่ได้ วางตัววางใจพอดี ไม่เหลิงในสุขและไม่ถูกทุกข์  
 ท่วมทับ

(อช.อฏฺฐก. ๒๓/ ๙๖/ ๑๕๙)

ข. **ไม่มองข้ามเทวทูต** คือ รู้จักมอง รู้จักพิจารณา  
 สภาวะที่ปรากฏอยู่เสมอในหมู่มนุษย์ อันเป็น  
 สัญญาณเตือนใจให้ระลึกถึงคติธรรมดาของชีวิต  
 ที่ไม่ควรลุ่มหลงมัวเมา ซึ่งเรียกว่า **เทวทูต** (สื่อ  
 แจ้งข่าวของยมเทพหรือตัวแทนของพญายม) ๕  
 อย่าง คือ

๑. **เด็กอ่อน** ว่าคนเราทุกคนเกิดมาก็อย่างนี้  
 เพียงเท่านั้น

๒. **คนแก่** ว่าทุกคนหากมีชีวิตอยู่ได้นาน  
 ก็ต้องประสบภาวะเช่นนี้

๓. **คนเจ็บ** ว่าภาวะเช่นนี้เราทุกคนอาจประสบ  
 ได้ด้วยกันทั้งนั้น

๔. **คนต้องโทษ** ว่ากรรมชั่วนั้น ไม่ต้องพูดถึง



ตายไป แม้ในบัดนี้ก็มีผลเดือดร้อนเป็นทุกข์

๕. คนตาย ว่าภาวะเช่นนี้เราทุกคนต้องได้พบ ไม่มีใครพ้น และกำหนด ไม่ได้ว่า ที่ไหน เมื่อใด

มองเห็นสภาพเช่นนี้เมื่อใด เช่น เมื่อผ่านเข้าไป ในสุสาน ทณฑสถาน และโรงพยาบาลเป็นต้น ก็มีให้ มีใจหดหู่หรือหวาดกลัว แต่ให้มีสติ รู้จักใช้ปัญญาพิจารณา จะเกิดความสังเวช เร่งชวนชวายเป็นประกอบแต่ กัลยาณกรรม คือ การกระทำที่ดีงาม ดำเนินชีวิตด้วยความไม่มัวเมา ไม่ประมาท

(ม.อ. ๑๔/ ๕๐๓/ ๓๓๕)

ค. คำนึงสูตรแห่งชีวิต แม้ไม่ใช่เวลาที่มองเห็นเทวทูต ก็ควรพิจารณาอยู่เสมอ ตามหลักที่เรียกว่า อภินิหารปัจเจกชน (สิ่งที่ทุกคน ไม่ว่าหญิง ไม่ว่าชาย ไม่ว่าชาวบ้าน ไม่ว่าชาววัด ควรหัดพิจารณาเนื่อง ๆ) ซึ่งมีอยู่ ๕ ประการ คือ

๑. ชราธัมมตา ควรพิจารณาเนื่อง ๆ ว่า เรามีความแก่เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้

๒. พยาธิธัมมตา ควรพิจารณาว่า เรามีความเจ็บป่วยไข้เป็นธรรมดา ไม่เจ็บป่วยไปได้

๓. มรณธัมมตา ควรพิจารณาว่า เรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นไปได้

๔. ปิยวินาभावตา ควรพิจารณาว่า เราจักต้องประสบความ พลัดพรากจากใจไปทั้งสิ้น

๕. กัมมัสสกตา ควรพิจารณาว่า เรามีกรรมเป็นของตน เราทำกรรมใด ดีก็ดี จักต้องเป็นทายาทของกรรมนั้น

เมื่อพิจารณาอยู่เสมออย่างนี้ ก็ถึงความมัวเมา ในความเป็นหนุ่มสาว ในทรัพย์สิน เป็นต้น บรรเทาความลุ่มหลงความ และป้องกันการทำความทุจริต ทำให้ทำแต่สิ่งที่ดีงามเป็นประโยชน์

(อช. ปญจก. ๒๔)

บัดนี้ก็มีผลเดือดร้อนเป็นทุกข์  
 นตาย ว่าภาวะเช่นนี้เราทุกคนต้องได้พบ  
 และกำหนด ไม่ได้ว่า ที่ไหน เมื่อใด  
 นสภาพเช่นนี้เมื่อใด เช่น เมื่อผ่านเข้าไป  
 ทสถาน และโรงพยาบาลเป็นต้น ก็มีให้  
 วดกลัว แต่ให้มีสติ รู้จักใช้ปัญญาพิ  
 ัดความสังเวช เร่งชวนขวายเป็นประกอบแต่  
 คือ การกระทำที่ดั่งาม ดำเนินชีวิตด้วย  
 ๑ ไม่ประมาท

(ม.อ. ๑๔/ ๕๐๗/ ๓๓๕)

แห่งชีวิต แม้ไม่ใช่เวลาที่มองเห็นเทวทูต  
 รณายู่เสมอ ตามหลักที่เรียกว่า  
 ะเวกชน (สิ่งที่ทุกคน ไม่ว่าหญิง  
 ไม่ว่าชาวบ้าน ไม่ว่าชาววัด ควรหัด  
 นื่อง ๆ) ซึ่งมีอยู่ ๕ ประการ คือ  
 ๑. ธรรมตา ควรพิจารณาเนือง ๆ ว่า  
 เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้

๒. พยาธิธัมมตา ควรพิจารณาเนือง ๆ ว่า  
 เรามีความเจ็บป่วยไข้เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความ  
 เจ็บป่วยไปได้

๓. มรณธัมมตา ควรพิจารณาเนือง ๆ ว่า  
 เรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้

๔. ปิยวินาभावตา ควรพิจารณาเนือง ๆ ว่า  
 เราจักต้องประสบความ พลัดพรากจากของรักของ  
 ชอบใจไปทั้งสิ้น

๕. กัมมัสสกตา ควรพิจารณาเนือง ๆ ว่า  
 เรามีกรรมเป็นของตน เราทำกรรมใด ดีก็ตาม ชั่วก็ตาม  
 จักต้องเป็นทายาทของกรรมนั้น

เมื่อพิจารณาอยู่เสมออย่างนี้ ก็จะช่วยป้องกัน  
 ความมัวเมา ในความเป็นหนุ่มสาว ในทรัพย์สมบัติและ  
 ชีวิต เป็นต้น บรรเทาความลุ่มหลงความถือมั่นยึดติด  
 และป้องกันการทำความทุจริต ทำให้เร่งชวนขวาย  
 ทำแต่สิ่งที่ดีงามเป็นประโยชน์

(อช. ปญจก. ๒๒/๕๗/๘๑)

## ๙. คนประสบความสำเร็จ (ชีวิตที่ก้าวหน้าและสำเร็จ)



ผู้ที่ต้องการดำเนินชีวิตให้เจริญก้าวหน้าประสบความสำเร็จ ไม่ว่าจะในด้านการศึกษา หรืออาชีพ การงานก็ตาม พึงปฏิบัติตามหลักต่อไปนี้

ก. หลักความเจริญ ปฏิบัติตามหลักธรรม ที่จะนำ  
ชีวิตไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองที่เรียกว่า จักร (ธรรม  
ประดุจล้อทั้งสี่ที่นำรถไปสู่จุดหมาย) ซึ่งมี ๔ ข้อ  
คือ

๑. ปฏิรูปเทสวาสะ เลือกอยู่ถิ่นที่เหมาะสม คือ  
เลือกหาถิ่นที่อยู่ หรือแหล่งเล่าเรียนดำเนินชีวิตที่ดี ซึ่ง  
มีบุคคลและสิ่งแวดล้อมที่อำนวยความสะดวกการศึกษา พัฒนา  
ชีวิต การแสวงหาความรู้ การสร้างสรรค์ความ  
ดีงาม และความเจริญก้าวหน้า

๒. สัมปยุตตปิยสสยะ เสาะเสวนาคนดี คือ  
รู้จักเสวนาคบหา หรือร่วมหมู่กับบุคคลผู้รู้ ผู้ทรงคุณ  
และผู้ที่จักเกื้อกูลแก่การแสวงหาความรู้ ความ  
ก้าวหน้าออกงาม และความเจริญโดยธรรม

๓. อัตตสัมมาปณิธิ ตั้งตนไว้  
ดำรงตนมั่นอยู่ในธรรมและทางดำเนิน  
ตั้งเป้าหมายชีวิตและการงานให้ดีงามแน่ว  
ไปถูกทางสู่จุดหมายแน่วแน่ มั่นคง ไม่พะ  
ง่อนแง่น

๔. ปุพเพกตปุญญตา มีทุน  
ทุนดีส่วนหนึ่ง คือ ความมีสติปัญญา ค  
ร่างกายดีเป็นต้น ที่เป็นพื้นมาแต่เดิม และ  
คือ อาศัยพื้นเดิมเท่าที่ตัวมีอยู่ รู้จักแก  
ศึกษาหาความรู้ สร้างเสริมคุณสมบัติ  
ฝึกฝนความชำนาญชำนาญเตรียมไว้ก่อนแ  
มีเหตุต้องใช้ก็จะเป็นผู้พร้อมที่จะต้อนรับ  
สามารถ สร้างสรรค์ ประโยชน์สุข แ  
เจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป

(อช. จตุกก.)

ข. หลักความสำเร็จ ปฏิบัติตามหลักอ  
ไปสู่ความสำเร็จแห่ง กิจการนั้น  
อิทธิบาท (ธรรมให้ถึงความสำเร็จ)

. คนประสบความสำเร็จ  
ชีวิตที่ก้าวหน้าและสำเร็จ)

❖❖❖❖

การดำเนินชีวิตให้เจริญก้าวหน้าประสบ  
ไม่ว่าจะในด้านการศึกษา หรืออาชีพ  
พึงปฏิบัติตามหลักต่อไปนี้

เจริญ ปฏิบัติตามหลักธรรม ที่จะนำ  
ความเจริญรุ่งเรืองที่เรียกว่า จักร (ธรรม  
ทั้งสี่ที่นำรถไปสู่จุดหมาย) ซึ่งมี ๔ ข้อ

ปฏิรูปเทสวาสะ เลือกอยู่ถิ่นที่เหมาะสม คือ  
อยู่ หรือแหล่งเล่าเรียนดำเนินชีวิตที่ดี ซึ่ง  
แวดล้อมที่อำนวยความสะดวก การศึกษา พัฒนา  
มรรคหาคความรู้ การสร้างสรรค์ความ  
งามเจริญก้าวหน้า

ปปริสุปัสสยะ เสาะเสวนาคนดี คือ  
หา หรือร่วมหม่กับบุคคลผู้รู้ ผู้ทรงคุณ  
กุลแก่การแสวงหามรรคหาคความรู้ ความ  
งาม และความเจริญโดยธรรม

๓. อัตตสัมมาปณิธิ ตั้งตนไว้ถูกวิถี คือ  
ดำรงตนมั่นอยู่ในธรรมและทางดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง  
ตั้งเป้าหมายชีวิตและการทำงานให้ตั้งมั่นแน่วแน่ และนำตน  
ไปถูกทางสู่จุดหมายแน่วแน่ มั่นคง ไม่พริ้วส่าย ไม่ไกล  
เขื่อนแข

๔. ปุพเพกตปุญญตา มีทุนดีได้เตรียมไว้  
ทุนดีส่วนหนึ่ง คือ ความมีสติปัญญา ความถนัด และ  
ร่างกายดีเป็นต้น ที่เป็นพื้นมาแต่เดิม และอีกส่วนหนึ่ง  
คือ อาศัยพื้นเดิมเท่าที่ตัวมีอยู่ รู้จักแก้ไขปรับปรุงตน  
ศึกษาหาความรู้ สร้างเสริมคุณสมบัติ ความดีงาม  
ฝึกฝนความชำนาญขำนาญเตรียมไว้ก่อนแต่ต้น ซึ่งเมื่อ  
มีเหตุต้องใช้ก็จะเป็นผู้พร้อมที่จะต้อนรับความสำเร็จ  
สามารถ สร้างสรรค์ ประโยชน์สุข และก้าวสู่ความ  
เจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป

(อช. จตุกก. ๒๑/๓๑/๔๑)

ข. หลักความสำเร็จ ปฏิบัติตามหลักธรรม ที่จะนำ  
ไปสู่ความสำเร็จแห่ง กิจการนั้น ๆ ที่เรียกว่า  
อิทธิบาท (ธรรมให้ถึงความสำเร็จ) ซึ่งมี ๔ ข้อ คือ

๑. **ฉันทะ มีใจรัก** คือ พอใจจะทำสิ่งนั้น และทำด้วยใจรัก ต้องการ ทำให้เป็นผลสำเร็จอย่างดี แห่งกิจหรืองานที่ทำ มิใช่สักว่าทำพอให้เสร็จ ๆ หรือ เพียงเพราะอยากได้รางวัล หรือผลกำไร

๒. **วิริยะ พากเพียรทำ** คือ ขยันหมั่นประกอบ หมั่นกระทำให้สำเร็จด้วยความพยายาม เข้มแข็ง อดทน เอาธุระ ไม่ทอดทิ้ง ไม่ทอดถอย

๓. **จิตตะ เอาจิตฝึกฝน** คือ ตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ ทำ และทำสิ่งนั้นด้วยความคิด ไม่ปล่อยใจฟุ้งซ่าน เลื่อนลอย ใช้ความคิดในเรื่องนั้นบ่อย ๆ เสมอ ๆ

๔. **วิมังสา ใช้ปัญญาสอบสวน** คือ หมั่นใช้ ปัญญาพิจารณาใคร่ ครวญตรวจตราหาเหตุผล และ ตรวจสอบข้อที่ยังหย่อนเกินเลยบกพร่องขัดข้อง เป็นต้น ในสิ่งที่ทำนั้น โดยรู้จักทดลอง วางแผน วัดผล คิดค้น วิธีแก้ไขปรับปรุง เป็นต้น

(ที.ปา.๑๑/๒๓๑/๒๓๓)

ค. **หลักเฉลี่ยดีโพธิญาณ ดำเนินตามพระพุทธปฏิบัติ** ด้วยการปฏิบัติตามธรรม ๒ อย่างที่เป็นเหตุให้

พระองค์บรรลุสัมโพธิญาณ เรียกว่า **ธรรม**" (ธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงคุณประจักษ์กับพระองค์เอง) คือ

๑. **อสังตฤฎฐิตา กุสเลสุ อัมม** ในกุศลธรรม คือ ไม่รู้ลืมไม่รู้พอ ในกา และสิ่งที่ดี

๒. **อัปปภูวาณิตา จะ ปธานั** เพียรไม่ระย่อ คือ เพียร พยายามก ไม่ยอมถอยหลัง ไม่ยอมแพ้ ไม่ยอมทอด และความเหน็ดเหนื่อยยากลำบาก

(ที. ปา. ๑๑/

๑๐. **คนรู้จักทำมาหาเลี้ยง**  
(ชีวิตที่เป็นหลักฐาน)  
❖❖❖❖❖

คนที่เราจะเรียกได้ว่า รู้จักหา รู้จักหาเงินเป็น ใช้เงินเป็น เป็นคนทำมาหา สร้างหลักฐานได้และใช้ทรัพย์สมบัติให้

นทะ มีใจรัก คือ พอใจจะทำสิ่งนั้น  
รัก ต้องการ ทำให้เป็นผลสำเร็จอย่างดี  
มที่ท่า มิใช่สักว่าทำพอให้เสร็จ ๆ หรือ  
ากได้รางวัล หรือผลกำไร

ยะ พากเพียรทำ คือ ขยันหมั่นประกอบ  
นั้นด้วยความพยายาม เข้มแข็ง อดทน  
อดท้ง ไม่ท้อถอย

นทะ เอาจิตฝึกฝน คือ ตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่  
งั้นด้วยความคิด ไม่ปล่อยใจฟุ้งซ่าน  
ความคิดในเรื่องนั้นบ่อย ๆ เสมอ ๆ  
งสา ใช้ปัญญาสอบสวน คือ หมั่นใช้  
าใคร่ ครวญตรวจตราหาเหตุผล และ  
รหย่อนเกินเลยบกพร่องขัดข้อง เป็นต้น  
โดยรู้จักทดลอง วางแผน วัดผล คัดค้น  
ง เป็นต้น

(ที.ปว.๑๑/๒๓๑/๒๓๓)

โพธิญาณ ดำเนินตามพระพุทธปฏิบัติ  
ปฏิบัติตามธรรม ๒ อย่างที่เป็นเหตุให้

พระองค์บรรลุสัมโพธิญาณ เรียกว่า “อุปัญญาต-  
ธรรม” (ธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงปฏิบัติเห็น  
คุณประจักษ์กับพระองค์เอง) คือ

๑. อสังตฤฐิตา กุสเลสุ อัมเมสุ ไม่สันโดษ  
ในกุศลธรรม คือ ไม่รู้อิ่มไม่รู้พอ ในการสร้างความคิด  
และสิ่งที่ดี

๒. อปปฏิวาณิตา จะ ปธานัสมิง บำเพ็ญ  
เพียรไม่ระย่อ คือ เพียร พยายามก้าวหน้าเรื่อยไป  
ไม่ยอมถอยหลัง ไม่ยอมแพ้ ไม่ยอมท้อถอยต่ออุปสรรค  
และความเหน็ดเหนื่อยยากลำบาก

(ที. ปว. ๑๑/๒๒๗/๒๒๓)

#### ๑๐. คนรู้จักทำมาหาเลี้ยงชีพ (ชีวิตที่เป็นหลักฐาน)

❖❖❖❖❖

คนที่จะเรียกได้ว่า รู้จักหา รู้จักใช้ทรัพย์ หรือ  
หาเงินเป็น ใช้เงินเป็น เป็นคนทำมาหากินที่ดี ตั้งตัว  
สร้างหลักฐานได้และใช้ทรัพย์สมบัติให้เป็นประโยชน์

เป็นผู้ปฏิบัติหน้าที่ทางเศรษฐกิจอย่างถูกต้อง ก็เพราะ  
ปฏิบัติตามหลักธรรม ต่อไปนี้

ก. ค้นหาและรักษาสมบัติ ปฏิบัติตามหลักธรรม ที่  
เป็นไปเพื่อประโยชน์ปัจจุบัน หรือหลักธรรมอัน  
อำนวยประโยชน์สุขขั้นต้น ที่เรียกว่า ทิณฐ-  
ธัมมิกัตถสังวัตตนิกธรรม ๔ ประการ

๑. อุฏฐานสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความหมั่น  
คือ ขยันหมั่นเพียรในการปฏิบัติหน้าที่การงาน และ  
การประกอบอาชีพที่สุจริต ฝึกฝนให้มีความชำนาญ  
และรู้จริง รู้จักใช้ปัญญาสอดส่อง ตรวจตรา หาวิธี  
การที่เหมาะสมที่ดี จัดการและดำเนินการให้ได้ผลดี

๒. อารักขสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการรักษา  
คือรู้จักคุ้มครอง เก็บ รักษาโภคทรัพย์และผลงานที่ตน  
ได้ทำไว้ด้วยความขยันหมั่นเพียรโดยชอบธรรม ด้วย  
กำลังงานของตน ไม่ให้เป็นอันตรายหรือเสื่อมเสีย

๓. กัลยาณมิตตตา คบหาคนดีเป็นมิตร คือ  
รู้จักเสวนาคบหาคน ไม่คบไม่เอาอย่างผู้ที่ชักจูงไป  
ในทางเสื่อมเสีย เลือกละเสวนาศึกษาเยี่ยงอย่าง ท่าน

ผู้รู้ผู้ทรงคุณ ผู้มีความสามารถ ผู้นำเคารพ  
มีคุณสมบัติเกื้อกูลแก่อาชีพการงาน

๔. สมชีวิตา เลี้ยงชีวิตแต่พอดี  
กำหนดรายได้และรายจ่ายเป็นอยู่พอดีสม  
พอดีหรือฟุ่มเฟือย ให้รายได้เหนือรายจ่าย  
เก็บไว้

(อช. อฏฺฐก ๒๓/

ข. ขันแข็งจัดสรรทรัพย์ เมื่อหาทรัพย์  
จัดสรรทรัพย์นั้น โดยถือหลักการแบ่ง  
ที่เรียกว่า โภควิภาค ๔ คือ

๑. เอเคน โภเค ภูณเชยฺย ๑  
เลี้ยงตน เลี้ยงคนที่ควรบำรุงเลี้ยง และ

๒. ทวีหิ กมฺมํ ปโยชเย ๒  
ทุนประกอบกิจการงาน

๓. จตุตถญฺจ นิธาเปยฺย อิก ๑  
ใช้ในคราวจำเป็น

(ที.ปา. ๑๑/

หน้าที่ทางเศรษฐกิจอย่างถูกต้อง ก็เพราะ  
กิจกรรม ต่อไปนี้

ะรักษาสัมบัติ ปฏิบัติตามหลักธรรม ที่  
อประโยชน์ปัจจุบัน หรือหลักธรรมอัน  
ระโยชน์สุขขั้นต้น ที่เรียกว่า ทิณฐ-  
าสังวัตตนิกธรรม ๔ ประการ

ฐฐานสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความหมั่น  
นเพียรในการปฏิบัติหน้าที่การงาน และ  
าชีพที่สุจริต ฝึกฝนให้มีความชำนาญ  
จักใช้ปัญญาสอดส่อง ตรวจตรา หาวิธี  
ได้ จัดการและดำเนินการให้ได้ผลดี

ารักษสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการรักษา  
อง เก็บ รักษาโภคทรัพย์และผลงานที่ตน  
ความขยันหมั่นเพียรโดยชอบธรรม ด้วย  
ตน ไม่ให้เป็นอันตรายหรือเสื่อมเสีย

ัลยาณมิตตตา คบหาคนดีเป็นมิตร คือ  
บหาคน ไม่คบไม่เอาอย่างผู้ที่ชักจูงไป  
เสีย เลือกเสวนาศึกษาเยี่ยงอย่าง ท่าน

ผู้รู้ผู้ทรงคุณ ผู้มีความสามารถ ผู้นำเคารพนับถือ และ  
มีคุณสมบัติเกื้อกูลแก่อาชีพการงาน

๔. สมชีวิตา เลี้ยงชีวิตแต่พอดี คือ รู้จัก  
กำหนดรายได้และรายจ่ายเป็นอยู่พอดีสมรายได้ มีให้  
เผื่อเคืองหรือฟุ่มเฟือย ให้รายได้เหนือรายจ่าย มีประหยัด  
เก็บไว้

(อช. อฎฐก ๒๓/๑๔๔/๒๘๙)

ข. ชั้นแจ้งจัดสรรทรัพย์ เมื่อหาทรัพย์มาได้แล้ว รู้จัก  
จัดสรรทรัพย์นั้น โดยถือหลักการแบ่งทรัพย์ ๔ ส่วน  
ที่เรียกว่า โภควิภาค ๔ คือ

๑. เอเกน โภเค ภูณเชยฺย ๑ ส่วน ใช้จ่าย  
เลี้ยงตน เลี้ยงคนที่ควรบำรุงเลี้ยง และทำประโยชน์

๒. ทวีหิ กมฺมํ ปโยชเย ๒ ส่วน ใช้เป็น  
ทุนประกอบกิจการงาน

๓. จตุตฺตณฺจ นิธาเปยฺย อีก ๑ ส่วน เก็บไว้  
ใช้ในคราวจำเป็น

(ที.ปา. ๑๑/๑๙๗/๒๐๒)



ค. ขันจับจ่ายกินใช้ พึงเข้าใจและคำนึงไว้เสมอว่า การที่เพียรพยายามแสวงหา รักษาและครอบครอง โภคทรัพย์ไว้นั้น ก็เพื่อจะใช้ให้เป็นประโยชน์ทั้งแก่ตน และคนอื่น ถ้าไม่ใช้ทรัพย์สมบัติให้เกิดคุณประโยชน์ แล้ว การหาและการมีทรัพย์สมบัติก็ปราศจากคุณค่า หาความหมายใด ๆ มิได้ ดังนั้นเมื่อมีทรัพย์หรือ หาทรัพย์มาได้แล้ว พึงปฏิบัติต่อทรัพย์หนึ่งส่วนแรก ในข้อ ข. ตามหลัก โภคอาทิยะ (ประโยชน์ที่ควร ถู้อาจากโภคะหรือเหตุผลที่อริยสาวกควรยึดถือ ในการที่จะมีหรือครอบครองทรัพย์สมบัติ) ๕ ประการ ดังพุทธพจน์ว่า

อริยสาวกแสวงหาโภคทรัพย์มาได้ด้วยน้ำพัก น้ำแรง ความขยันหมั่นเพียรของตน และโดยทางสุจริต ชอบธรรมแล้ว

๑. เลี้ยงตัว เลี้ยงมารดาบิดา บุตร ภรรยา และคนในปกครองทั้งหลายให้เป็นสุข

๒. บำรุงมิตรสหาย และผู้ร่วมกิจการงานให้เป็นสุข

๓. ใช้ปกป้องรักษาสวัสดิภาพ ทำตนให้มั่นคง

ปลอดจากภัยอันตราย

๔. ทำพลี คือ สละเพื่อบำรุงและ

(๑) ญาติพลี สงเคราะห์ญาติ

(๒) อติถิพลี ต้อนรับแขก

(๓) ปุพพเปตพลี ทำบุญ

อุทิศผู้ล่วงลับ

(๔) ราชพลี บำรุงราชการ

ภาษีอากร เป็นต้น

(๕) เทวตพลี ถวายเทวดา

อุทิศสิ่งทีเผลอพบบูชาตามความเชื่อถือ

๕. อุปถัมภ์บำรุงพระสงฆ์ และ

ผู้ประพฤติดี ปฏิบัติชอบ ผู้ไม่ประมาท

เมื่อได้ใช้โภคทรัพย์ทำประโยชน์

โภคะจะหมดสิ้นไป ก็สบายใจได้ว่า ได้

เป็นประโยชน์ถูกต้องตามเหตุผลแล้ว ถิ

ก็สบายใจเช่นเดียวกัน เป็นอันไม่ต้องเ

ทั้งสองกรณี

(อภ. ปญจก. ๒

ยกินใช้ พึงเข้าใจและคำนึงไว้เสมอว่า  
 รพยายามแสวงหา รักษาและครอบครอง  
 ไว้ นั้น ก็เพื่อจะใช้ให้เป็นประโยชน์ทั้งแก่ตน  
 ถ้าไม่ใช้ทรัพย์สมบัติให้เกิดคุณประโยชน์  
 าและการมีทรัพย์สมบัติก็ปราศจากคุณค่า  
 มายใด ๆ มิได้ ดังนั้นเมื่อมีทรัพย์หรือ  
 มาได้แล้ว พึงปฏิบัติต่อทรัพย์หนึ่งส่วนแรก  
 ตามหลัก โภคอาทิยะ (ประโยชน์ที่ควร  
 าโภคะหรือเหตุผลที่อริยสาวกควรยึดถือ  
 มีหรือครอบครองทรัพย์สมบัติ) ๕ ประการ  
 หนึ่งว่า

าวกแสวงหาโภคะทรัพย์มาได้ด้วยน้ำพัก  
 ขยันหมั่นเพียรของตน และโดยทางสุจริต

ยงตัว เลี้ยงมารดาบิดา บุตร ภรรยา  
 เรืองทั้งหลายให้เป็นสุข

รุจมิตรสหาย และผู้ร่วมกิจการงานให้

ปกป้องรักษาสวัสดิภาพ ทำตนให้มั่นคง

ปลอดจากภยันตราย

๔. ทำพละ คือ สละเพื่อบำรุงและบูชา ๕ อย่าง

(๑) ญาติพละ สงเคราะห์ญาติ

(๒) อติถิพละ ต้อนรับแขก

(๓) ปุพพเปตพละ ทำบุญหรือสักการะ

อุทิศผู้ล่วงลับ

(๔) ราชพละ บำรุงราชการด้วยการเสีย

ภาษีอากร เป็นต้น

(๕) เทวตาพละ ถวายเทวดา คือ ทำบุญ

อุทิศสิ่งทีเฝ้าบูชาตามความเชื่อถือ

๕. อุปถัมภ์บำรุงพระสงฆ์ และเหล่าบรรพชิต

ผู้ประพฤติดี ปฏิบัติชอบ ผู้ไม่ประมาทมัวเมา

เมื่อได้ใช้โภคะทรัพย์ทำประโยชน์อย่างนี้แล้ว ถึง  
 โภคะจะหมดสิ้นไป ก็สบายใจได้ว่า ได้ใช้โภคะนั้นให้  
 เป็นประโยชน์ถูกต้องตามเหตุผลแล้ว ถึงโภคะเพิ่มขึ้น  
 ก็สบายใจเช่นเดียวกัน เป็นอันไม่ต้องเดือดร้อนใจใน  
 ทั้งสองกรณี

(อช. ปญจก. ๒๒/๔๑/๔๘)

การใช้จ่ายใน ๕ ข้อนี้ ท่านมุ่งแจกแจงรายการที่พึงจ่าย ให้รู้ว่าควรใช้ทรัพย์ทำอะไรบ้าง มิใช่หมายความว่าให้แบ่งส่วนเท่ากันไปทุกข้อ นอกจากนั้นท่านมุ่งกล่าวเฉพาะรายการที่พึงจ่ายเป็นประจำสำหรับคนทั่วไป แต่ถ้าผู้ใดสามารถก็ควรบำเพ็ญประโยชน์ให้มากขึ้นไปอีกตามหลักสังคหวัตถุ เป็นต้น

### ๑๑. คนครองเรือนที่เลิศล้ำ (ชีวิตบ้านที่สมบูรณ์) ❖❖❖❖

คนที่เราจะเรียกว่าประสบความสำเร็จในการครองเรือน เป็นคฤหัสถ์หรือชาวบ้านที่ดี น่าเคารพนับถือเป็นแบบฉบับ ควรถือเป็นตัวอย่าง จะต้องวัดด้วยหลักเกณฑ์ดังนี้

ก. มีความสุขสี่ประการ คือ ความสุขอันชอบธรรม ที่ผู้ครองเรือนควรมี หรือความสุขที่ชาวบ้านควรพยายามให้เกิดขึ้นแก่ตนอยู่เสมอ เรียกสั้น ๆ ว่า

สุขของคฤหัสถ์ ๔ คือ

๑. อตฺติสุข สุขเกิดจากความภูมิใจ เอิบอิ่มและอุ่นใจว่า ตนมีโอรมาด้วยน้ำพักน้ำแรง ความขยันหมั่นเพียร โดยทางชอบธรรม

๒. โภคสุข สุขจากการใช้จ่ายความภูมิใจ เอิบอิ่มใจว่า ตนได้ใช้โดยชอบนั้นเลี้ยงตัว เลี้ยงครอบครัว เลี้ยงและบำเพ็ญคุณประโยชน์

๓. อนนฺตสุข สุขเกิดจากความไม่ความภูมิใจ เอิบอิ่มใจว่า ตนเป็นไท ไม่มีใคร

๔. อนวัชชสุข สุขเกิดจากความโทษ คือความภูมิใจเอิบอิ่มใจว่า ตนมีศุจริต ไม่บกพร่องเสียหาย ใครติเตียนไม่กาย ทางวาจา และทางใจ

บรรดาสุข ๔ อย่างนี้ อนวัชชสุข

(อภ. จตุกก.)

จ่ายใน ๕ ข้อนี้ ท่านมุ่งแจกแจงรายการ  
รู้ว่าควรใช้ทรัพย์ทำอะไรบ้าง มิใช่  
ให้แบ่งส่วนเท่ากันไปทุกข้อ นอก  
กล่าวเฉพาะรายการที่พึงจ่ายเป็นประจำ  
ไป แต่ถ้าผู้ใดสามารถก็ควรบำเพ็ญ  
ยิ่งขึ้นไปอีกตามหลักสังคหวัตถุ เป็นต้น

. คนครองเรือนที่เลิศจ้า  
(ชีวิตบ้านที่สมบูรณ์)

❖❖❖❖❖

เรียกว่าประสบความสำเร็จในการ  
เป็นคฤหัสถ์หรือชาวบ้านที่ดี น่าเคารพ  
นับ ควรถือเป็นตัวอย่าง จะต้องวัด  
ดังนี้

ประการ คือ ความสุขอันชอบธรรม  
อันควรมี หรือความสุขที่ชาวบ้านควร  
เกิดขึ้นแก่ตนอยู่เสมอ เรียกสั้น ๆ ว่า

สุขของคฤหัสถ์ ๔ คือ

๑. อติสุข สุขเกิดจากความมั่งคั่ง คือ  
ความภูมิใจ เอิบอิ่มและอุ่นใจว่า ตนมีโภคทรัพย์ ที่ได้  
มาด้วยน้ำพักน้ำแรง ความขยันหมั่นเพียรของตน และ  
โดยทางชอบธรรม

๒. โภคสุข สุขจากการใช้จ่ายทรัพย์ คือ  
ความภูมิใจ เอิบอิ่มใจว่า ตนได้ใช้ทรัพย์ที่ได้มา  
โดยชอบนั้นเลี้ยงตัว เลี้ยงครอบครัว เลี้ยงผู้ที่ควรเลี้ยง  
และบำเพ็ญคุณประโยชน์

๓. อนนสุข สุขเกิดจากความไม่เป็นหนี้ คือ  
ความภูมิใจ เอิบอิ่มใจว่า ตนเป็นไท ไม่มีหนี้สินติดค้าง  
ใคร

๔. อนวัชสุข สุขเกิดจากความประพฤติไม่มี  
โทษ คือความภูมิใจเอิบอิ่มใจว่า ตนมีความประพฤติ  
สุจริต ไม่บกพร่องเสียหาย ใครติเตียนไม่ได้ ทั้งทาง  
กาย ทางวาจา และทางใจ

บรรดาสุข ๔ อย่างนี้ อนวัชสุขมีค่ามากที่สุด

(อภ. จตุกก. ๒๑/๖๒/๙๑)

ข. เป็นชาวบ้านแบบฉบับ คนครองเรือน แยกได้ เป็นหลายประเภท จัดเป็นชั้น ๆ ได้ตั้งแต่ร้ายไป ถึงดี และที่ดีก็มีหลายระดับ คฤหัสถ์ที่ดี น่าเคารพ นับถือแท้จริง คือประเภทที่ ๑๐ ในชาวบ้าน ๑๐ ประเภทต่อไปนี้

กลุ่มที่ ๑ หาทรัพย์โดยทางไม่ชอบธรรม

๑. ได้ทรัพย์มาแล้ว ไม่เลี้ยงตนให้เป็นสุข ทั้ง ไม่เผื่อแผ่แบ่งปัน และไม่ใช้ทรัพย์นั้น ทำความดี (เสียทั้ง ๓ ส่วน)

๒. ได้ทรัพย์มาแล้ว เลี้ยงตนให้เป็นสุข แต่ ไม่เผื่อแผ่แบ่งปัน และไม่ใช้ทรัพย์นั้นทำความดี (เสีย ๒ ส่วน ดี ๑ ส่วน)

๓. ได้ทรัพย์มาแล้ว เลี้ยงตนให้เป็นสุขด้วย เผื่อแผ่แบ่งปัน และใช้ทรัพย์นั้นทำความดีด้วย (เสีย ๑ ดี ๒ ส่วน)

กลุ่มที่ ๒ หาชอบธรรมบ้าง ไม่ชอบธรรมบ้าง

๔. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ๑ (เสีย ๓ ดี ๑)

๕. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ๒ (เสีย ๒ ดี ๒)

๖. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ดี ๓)

กลุ่มที่ ๓ หาโดยชอบธรรม

๗. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ดี ๑)

๘. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ดี ๒)

๙. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ยังมัวเมา หมกมุ่น กินใช้ทรัพย์สมบัติ โดย เห็นโทษ ไม่มีปัญญาที่จะทำตนให้เป็นอิสระ เหนือโรคทรัพย์ได้ (เสีย ๑ ดี ๓)

พวกพิเศษ ผู้ที่แสวงหาชอบธรรม อย่างสติสัมปชัญญะมีจิตใจเป็นอิสระ มีลิ

๑๐. แสวงหาทรัพย์โดยทางชอบธรรม แล้วเลี้ยงตนให้เป็นสุข; เผื่อแผ่แบ่งปัน นั้นทำความดี; ไม่ลุ่มหลงไม่หมกมุ่นมัว ทรัพย์สมบัติ โดยรู้เท่าทัน เห็นคุณโทษ ของมัน มีปัญญา ทำตนให้เป็นอิสระหลุด เหนือโรคทรัพย์

นแบบฉบับ คนครองเรือน แยกได้  
ประเภท จัดเป็นชั้น ๆ ได้ตั้งแต่ร้ายไป  
ดีก็มีหลายระดับ คฤหัสถ์ที่ดี น่าเคารพ  
ทั้ง คือประเภทที่ ๑๐ ในชาวบ้าน ๑๐  
ไปนี้

๑ หาทรัพย์โดยทางไม่ชอบธรรม  
ทรัพย์มาแล้ว ไม่เลี้ยงตนให้เป็นสุข ทั้ง  
ใน และไม่ใช้ทรัพย์นั้น ทำความดี  
ส่วน)

ทรัพย์มาแล้ว เลี้ยงตนให้เป็นสุข แต่  
ไม่ใช้ทรัพย์นั้นทำความดี (เสีย  
๑ ส่วน)

ทรัพย์มาแล้ว เลี้ยงตนให้เป็นสุขด้วย  
และใช้ทรัพย์นั้นทำความดีด้วย (เสีย  
๒ ส่วน)

๒ หาชอบธรรมบ้าง ไม่ชอบธรรมบ้าง  
ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ๑ (เสีย ๓  
ส่วน)  
ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ๒ (เสีย ๒

๖. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ๓ (เสีย ๑  
ดี ๓)

กลุ่มที่ ๓ หาโดยชอบธรรม

๗. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ๑ (เสีย ๒  
ดี ๑)

๘. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ๒ (เสีย ๑  
ดี ๒)

๙. ได้ทรัพย์มาแล้ว ทำอย่างข้อ ๓ แต่ยังติด  
ยังมัวเมา หมกมุ่น กินใช้ทรัพย์สมบัติ โดยไม่รู้เท่าทัน  
เห็นโทษ ไม่มีปัญญาที่จะทำตนให้เป็นอิสระเป็นนาย  
เหนือโรคทรัพย์ได้ (เสีย ๑ ดี ๓)

พวกพิเศษ ผู้ที่แสวงหาชอบธรรม และใช้  
อย่างสติสัมปชัญญะมีจิตใจเป็นอิสระ มีลักษณะดังนี้

๑๐. แสวงหาทรัพย์โดยทางชอบธรรม; ได้มา  
แล้วเลี้ยงตนให้เป็นสุข; เพื่อแผ่แบ่งปัน และใช้ทรัพย์  
นั้นทำความดี; ไม่ลุ่มหลงไม่หมกมุ่นมัวเมา กินใช้  
ทรัพย์สมบัติ โดยรู้เท่าทัน เห็นคุณโทษ ทางดีทางเสีย  
ของมัน มีปัญญา ทำตนให้เป็นอิสระหลุดพ้น เป็นนาย  
เหนือโรคทรัพย์

ประเภทที่ ๑๐ นี้ พระพุทธเจ้าสรรเสริญว่า เป็นผู้เลิศประเสริฐสูงสุด ควรชมทั้ง ๔ สถาน คือ เป็นคฤหัสถ์ แบบฉบับที่น่าเคารพนับถือ

(อช. ทสก. ๒๔/๓๑/๑๘๘)

ค. กำกับชีวิตด้วยธรรมสี่ คือ ปฏิบัติตามหลักธรรม สำหรับการครองชีวิตของคฤหัสถ์ ที่เรียกว่า **ฆราวาสธรรม ๔ ประการ** ดังนี้

๑. **สัจจะ** ความจริง คือ ดำรงมั่นในสัจจะ ซื่อตรง ซื่อสัตย์ จริงใจ พูดจริง ทำจริง จะทำอะไร ก็ให้เป็นที่ยึดถือไว้วางใจได้

๒. **ทมะ** ฝึกตน คือ บังคับควบคุมตนเอง ได้ รู้จักปรับตัว และแก้ไขปรับปรุงตนให้ก้าวหน้าดีขึ้น ยั่งยืนอยู่เสมอ

๓. **ขันติ** อดทน คือ มุ่งหน้าทำหน้าที่การทำงาน ด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็งอดทน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมายไม่ทอดถอย

๔. **จาคะ** เสียสละ คือ มีน้ำใจ เอื้อเฟื้อ ชอบช่วยเหลือเกื้อกูล บำเพ็ญ ประโยชน์ สละโลก

ละทักขิณานะได้ ร่วมงานกับคนอื่นได้ ไม่ ตัวหรือเอาแต่ใจตน

(ขุ.สุ. ๒๕/

ง. **รับผิชอบชีวิตที่เกี่ยวข้อง** คือ มีอันดีงามอบอุ่นเป็นสุขภายในครอบครัว ญาติมิตร ผู้ร่วมงานและคนที่พึ่งพา ปกครองทั้งหมด โดยทำหน้าที่มีประโยชน์ทางวัตถุมาให้เขาอย่างเดียว แต่นำทางจิตใจมาให้ด้วย โดยประพฤติดี ช่วยชักจูงให้คนในครอบครัวและผู้เกี่ยวข้องหลายเจริญงอกงามขึ้นด้วยคุณธรรม **อารยวัติ** ทั้ง ๕ ดังต่อไปนี้

๑. **งอกงามด้วยศรัทธา** คือ ความมั่นใจในพระรัตนตรัย ในการที่จะหลักยึดเหนี่ยวจิตใจ

๒. **งอกงามด้วยศีล** คือ ให้มีศีลดีงาม สุจริต รู้จักเลี้ยงชีวิต มีวินัย และมีอันงาม

ภทที่ ๑๐ นี้ พระพุทธเจ้าสรรเสริญว่า  
เสรีสูงสุด ควรชมทั้ง ๔ สถาน คือ  
แบบฉบับที่น่าเคารพนับถือ

(อช. ทสก. ๒๔/๕๑/๑๘๘)

ด้วยธรรมสี่ คือ ปฏิบัติตามหลักธรรม  
ครองชีวิตของคฤหัสถ์ ที่เรียกว่า  
ธรรม ๔ ประการ ดังนี้

ใจจะ ความจริง คือ ดำรงมั่นในสัจจะ  
ศรัทธา จริใจ พุดจริง ทำจริง จะทำอะไร  
ถือไว้วางใจได้

เมะ ฝึกตน คือ บังคับควบคุมตนเอง  
ไว้ และแก้ไขปรับปรุงตนให้ก้าวหน้าดีงาม

นติ อดทน คือ มุ่งหน้าทำหน้าที่การงาน  
หมั่นเพียร เข้มแข็งอดทน ไม่หวั่นไหว  
ไม่ท้อถอย

าคะ เสียสละ คือ มีน้ำใจ เอื้อเฟื้อ  
เกื้อกูล บำเพ็ญ ประโยชน์ สละโลก

ละทิวมานะได้ ร่วมงานกับคนอื่นได้ ไม่ใจแคบเห็นแก่  
ตัวหรือเอาแต่ใจตน

(ขุ.สุ. ๒๕/๓๑๑/๓๖๑)

ง. รับผิดชอบชีวิตที่เกี่ยวข้อง คือ มีความสัมพันธ์  
อันดีงามอบอุ่นเป็นสุขภายในครอบครัว ตลอดถึง  
ญาติมิตร ผู้ร่วมงานและคนที่พึ่งพาอาศัยอยู่ใน  
ปกครองทั้งหมด โดยทำหน้าที่มิใช่เพียงนำประโยชน์  
ทางวัตถุมาให้เขาอย่างเดียว แต่นำประโยชน์สุข  
ทางจิตใจมาให้ด้วย โดยประพฤติตนเป็นตัวอย่าง  
ช่วยชักจูงให้คนในครอบครัวและผู้เกี่ยวข้องใกล้ชิด  
ทั้งหลายเจริญงอกงามขึ้นด้วยคุณธรรมที่เรียกว่า  
อารยวัธ ๕ ดังต่อไปนี้

๑. งอกงามด้วยศรัทธา คือ ให้มีความเชื่อ  
ความมั่นใจในพระรัตนตรัย ในการที่จะทำความดี มี  
หลักยึดเหนี่ยวจิตใจ

๒. งอกงามด้วยศีล คือ ให้มีความประพฤติ  
ดีงาม สุจริต รู้จักเลี้ยงชีวิต มีวินัย และมีกิริยามารยาท  
อันงาม



๓. งอกงามด้วยสุตะ คือ ให้มีความรู้จากการเล่าเรียน สดับฟัง โดยแนะนำหรือชวนขยายให้ศึกษาหาความรู้ที่จะฟื้นฟูปรับปรุงชีวิตจิตใจ

๔. งอกงามด้วยจาคะ คือ ให้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีน้ำใจต่อกัน และพอใจทำประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์

๕. งอกงามด้วยปัญญา คือ ให้มีความรู้คิดเข้าใจเหตุผลและความจริงตามสภาวะ มีวิจารณ์ญาณ (อช. ปญจก. ๒๒/๔๐/๔๗)

จ. ครองตนเป็นพลเมืองที่ดี นำชีวิตและครอบครัวของตนไปสู่ความเจริญ สงบสุข และเป็นพลเมืองที่สร้างสรรค์สังคม โดยประพฤติดังนี้

๑. น สาธารณธารัสสะ ไม่คบขู้ขี้หามั่วหมกมุ่นในทางเพศ

๒. น ภุญเช สาธุเมกะโก ไม่ใจแคบเสพสิ่งเลิศรสผู้เดียว

๓. น เสเว โลกายติกัง ไม่พราเวลาดกถ้อยที่เลื่อนลอยไร้สาระ

๔. สีสวา ประพฤติดี มีวินัย

๕. วัตตสัมปันโน ปฏิบัติกิจห  
โดยสมบูรณ์

๖. อัปมัตโต ไม่ประมาท  
ทุกเวลา

๗. วิจักขโณ มีวิจารณ์ญาณ  
ใช้ปัญญา

๘. นิवादุตติ อุตถโธ  
กระด้าง ยินดีรับฟังผู้อื่น

๙. สุรโต เสี่ยมงาม รักความ  
เรียบร้อย

๑๐. สขิโล มุทุ พุดจาน่าฟัง  
อ่อนโยน ไม่หยาบคาย

๑๑. สังคเหตา จ มิตตานัง  
สงเคราะห์ต่อมิตรสหาย

๑๒. สังวิภาคี เผื่อแผ่แบ่งปัน  
ทั่วไป

๑๓. วิธานวา รู้จักจัดการ  
และได้ผลดี

งอกงามด้วยสุตะ คือ ให้ความรู้จาก  
 สดับฟัง โดยแนะนำหรือชวนขยายให้  
 ามรู้ที่จะฟื้นฟูปรับปรุงชีวิตจิตใจ

งอกงามด้วยจาคะ คือ ให้ความรู้เพื่อ  
 ใจต่อกัน และพอใจทำประโยชน์แก่เพื่อน

งอกงามด้วยปัญญา คือ ให้ความรู้คิด  
 และความจริงตามสภาวะ มีวิจารณ์ญาณ  
 (อช. ปญจก. ๒๒/๔๐/๔๗)

เป็นพลเมืองที่ดี นำชีวิตและครอบครัว  
 สู่ความเจริญ สงบสุข และเป็นพลเมือง  
 ร์ค์สังคม โดยประพฤติดังนี้

๑. สาธารณธารัสสะ ไม่คบขู้ขี้หามั่วหมกมุ่น

๒. ญายะ สาธุเมกะโก ไม่ใจแคบเสเพล

๓. เสเว โลกายตักัง ไม่พรวาเวลาถกถ้อย

ร้สาระ

๔. สีลวา ประพฤติดี มีวินัย ตั้งอยู่ในศีล ๕

๕. วัตตสัมปันโน ปฏิบัติกิจหน้าที่สม่ำเสมอ  
 โดยสมบูรณ์

๖. อัปมัตโต ไม่ประมาท ระวังหรือร้อน  
 ทุกเวลา

๗. วิจักขโณ มีวิจารณ์ญาณ ทำการโดย  
 ใช้ปัญญา

๘. นิวัตตุดติ อุตถโธ สุภาพ ไม่ดื้อ  
 กระด้าง ยินดีรับฟังผู้อื่น

๙. สุรโต เสี่ยมงาม รักความประณีตสะอาด  
 เรียบร้อย

๑๐. สขิโล มุทุ พุดจาณาฟัง ทั้งใจกายก็  
 อ่อนโยน ไม่หยาบคาย

๑๑. สังคเหตา จ มิตตานัง มีน้ำใจเอื้อ  
 สงเคราะห์ต่อมิตรสหาย

๑๒. สังวิภาคี เพื่อแผ่แบ่งปัน ช่วยเหลือคน  
 ทั่วไป

๑๓. วิธานวา รู้จักจัดการงานให้เรียบร้อย  
 และได้ผลดี

๑๔. ตัปเปยยะ บำรุงพระสงฆ์ทรงความรู้  
ผู้ทรงศีลทรงธรรม

๑๕. อัมมกาโม ไครธรรม รักความสุจริต

๑๖. สุตาธโร อ่านมากฟังมาก รู้วิชาของตน  
เชี่ยวชาญ

๑๗. ปริปุจฉโก ชอบสอบถามคั่นคว้า ใฝ่หา  
ความรู้ยิ่งขึ้นไป

(ขุ.ปา. ๒๘/๔๔๔/๓๓๒)

## รายชื่อหนังสือ

ของ

ชมรมพุทธศาสน์การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่ง  
ซึ่งจัดพิมพ์เผยแพร่แล้ว

### ๑. พุทธศาสนาปฏิบัติอย่างไร

พระบรมราชาบาท สมเด็จพระเจ้า  
รัชกาลปัจจุบัน  
พิมพ์ครั้งที่ ๑  
พิมพ์ครั้งที่ ๒

### ๒. โสฬสธรรม

ธรรมเทศนา สมเด็จพระญาณสังวร  
พิมพ์ครั้งที่ ๑  
พิมพ์ครั้งที่ ๒

### ๓. พระอาจารย์มั่น ภูริทัตตเถระ

ชีวประวัติ ธรรมเทศนา บทประพันธ์ และ  
พิมพ์ครั้งที่ ๑

### ๔. อัตตโนประวัติ

อัตตโนประวัติ พระนิโรธรังสีคัมภีร์ปัญญา  
พิมพ์ครั้งที่ ๑

### ๕. อนาลโยปุชา

พระธรรมเทศนา พระอาจารย์ขาว อนาลโย  
และประวัติวัดถ้ำกลองเพล  
พิมพ์ครั้งที่ ๑

ตีแปเปยยะ บำรุงพระสงฆ์ทรงความรู้  
รวม

ร่มกาโม ไคร่ธรรม รักความสุจริต  
สุตาธโร อ่านมากฟังมาก รู้วิชาของตน

ริปุจโก ชอบสอบถามคั่นควา ใฝ่หา

(ขุ.ปา. ๒๘/๔๔๔/๓๓๒)

## รายชื่อหนังสือ

ของ

ชมรมพุทธศาสน์การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย  
ซึ่งจัดพิมพ์เผยแพร่แล้ว

### ๑. พุทธศาสนาปฏิบัติอย่างไร

พระบรมราชาบาท พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

รัชกาลปัจจุบัน

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๘,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ ๒

๘,๐๐๐ เล่ม

### ๒. โสฬสธรรม

ธรรมเทศนา สมเด็จพระญาณสังวร

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๘,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ ๒

๘,๐๐๐ เล่ม

### ๓. พระอาจารย์มั่น ภูริทัตตเถระ

ชีวประวัติ ธรรมเทศนา บทประพันธ์ และธรรมบรรยาย

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๒๐,๐๐๐ เล่ม

### ๔. อุตตโนประวัติ

อุตตโนประวัติ พระนิโรธรังสีคัมภีรปัญญาจารย์

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๑๐,๐๐๐ เล่ม

### ๕. อนาลโยปุชา

พระธรรมเทศนา พระอาจารย์ขาว อนาลโย

และประวัติวัดถ้ำกลองเพล

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๑๒,๐๐๐ เล่ม

๖. ประทีปในต่างแดน

พระธรรมเทศนา พระอาจารย์สุวจน์ สุวโจ

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๑๒,๐๐๐ เล่ม

๗. สัตตัตถ์

พระธรรมเทศนา พระอาจารย์หลุย จันทสาโร

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๑๒,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ ๒

๒๐,๐๐๐ เล่ม

๘. บทสวดมนต์ฉบับกัลยาณชน พร้อมคำแปล

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๒๐,๐๐๐ เล่ม

๙. ธัมมวโรชา

พระธรรมเทศนา พระอาจารย์สิงห์ทอง ธัมมวโร

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๘,๐๐๐ เล่ม

๑๐. ประวัติท่านพระอาจารย์มั่น ภูริทัตตเถระ

โดย ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๕,๐๐๐ เล่ม

๑๑. ประทีปแห่งทวีปเอเชีย

โดย.... เซอร์ เอควิน อาร์โนลด์

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๑๐,๐๐๐ เล่ม

๑๒. พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนอะไร

โดย สมเด็จพระญาณสังวร

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๑๕,๐๐๐ เล่ม

๑๓. พระราชวุฒาจารย์ (หลวงปู่ดูลย์ อตุโล)

ประวัติชีวิต - คติธรรม - ธรรมเทศนา

โดย พระครูนันทปัญญาวรณ

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๑๔. พระอุบาสิกาบุญปมาจารย์ (สิริจนโท จ

อิตตโนประวัติ ธรรมบรรยาย และศิริมาน

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๑๕. แสงส่องใจให้เพียงพรหม

พระธรรมนิพนธ์ สมเด็จพระญาณสังวร

สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณาย

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๑๖. อิตตโนประวัติ

อิตตโนประวัติ พระราชนิโรธรังสี คัมภีร์

พิมพ์ครั้งที่ ๑๒

๑๗. พุทธศาสนสุภาษิต

พระธรรมนิพนธ์ สมเด็จพระญาณสังวร

สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณาย

พิมพ์ครั้งที่ ๑

๑๘. ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง

พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต)

พิมพ์ครั้งที่ ๒

๑๙. ชีวิตประวัติ

หลวงพ่อกษม เขมโก

พิมพ์ครั้งที่ ๑

างแดน  
นา พระอาจารย์สุวจน์ สุวโจ  
๑๒,๐๐๐ เล่ม

นา พระอาจารย์หลุย จันทสาโร  
๑๒,๐๐๐ เล่ม  
๒๐,๐๐๐ เล่ม

ฉบับกัลยาณชน พร้อมคำแปล  
๒๐,๐๐๐ เล่ม

นา พระอาจารย์สิงห์ทอง ธัมมวโร  
๘,๐๐๐ เล่ม

ระอาจารย์มั่น ภูริทัตตเถระ  
รย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน  
๕,๐๐๐ เล่ม

วีปเอเชีย  
วดีวัน อาร์โนลด์  
๑๐,๐๐๐ เล่ม

รงสั่งสอนอะไร  
ญาณสังวร  
๑๕,๐๐๐ เล่ม

จารย์ (หลวงปู่ดุลย์ อตุโล)  
ติธรรม - ธรรมเทศนา

โดย พระครูนนทปัญญารักษ์  
พิมพ์ครั้งที่ ๑ ๒๐,๐๐๐ เล่ม

๑๔. พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (สิริจันทโท จันทร์)  
อรรถโนประวัติ ธรรมบรรยาย และศิริมานนทสูตร  
พิมพ์ครั้งที่ ๑ ๑๕,๐๐๐ เล่ม

๑๕. แสงส่องใจให้เพียงพรหม  
พระธรรมนิพนธ์ สมเด็จพระญาณสังวร  
สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก  
พิมพ์ครั้งที่ ๑ ๒๐,๐๐๐ เล่ม

๑๖. อรรถโนประวัติ  
อรรถโนประวัติ พระราชนิโรธรังสี คัมภีรปัญญาวิศิษฎ์  
พิมพ์ครั้งที่ ๑๒ ๑๐,๐๐๐ เล่ม

๑๗. พุทธศาสนสุภาษิต  
พระธรรมนิพนธ์ สมเด็จพระญาณสังวร  
สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก  
พิมพ์ครั้งที่ ๑ ๑๐,๐๐๐ เล่ม

๑๘. ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง  
พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต)  
พิมพ์ครั้งที่ ๒ ๑๐,๐๐๐ เล่ม

๑๙. ชีวประวัติ  
หลวงพ่อกษม เขมโก  
พิมพ์ครั้งที่ ๑ ๑๕,๐๐๐ เล่ม

๒๐. อัดโนประวัติ

อัดโนประวัติ พระราชนิโรธรังสี คัมภีร์ปัญญาวิศิษฎ์  
พิมพ์ครั้งที่ ๑๕ ๑๐,๐๐๐ เล่ม

๒๑. พุทธวิธีแก้ปัญหาเพื่อศตวรรษที่ ๒๑

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต)  
พิมพ์ครั้งที่ ๗ ๑๐,๐๐๐ เล่ม

๒๒. สุมงคลบูชา

พระปัญญาพิศาลเถระ (ไพบูลย์ สุมงคลโล)  
พิมพ์ครั้งที่ ๒ ๑๒,๐๐๐ เล่ม

๒๓. ราชสังวรญาณบูชา

พระราชสังวรญาณ  
(หลวงพ่อดุร ฐานิโย) ๒๐,๐๐๐ เล่ม

๒๔. ชีวิต งาน และสังคมที่สมบูรณ์

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต)  
พิมพ์ครั้งที่ ๑ ๑๐,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ที่ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ป. สัมพันธ์พาณิชย์  
๑๐๓๐/๘-๑๒ ถนนนครไชยศรี ดุสิต  
กทม. ๑๐๓๐๐ โทร. ๒๔๑๒๘๖๒